

2026年 11月3日 文化の日 特別タイムスケジュール

※スケジュールは変更となる場合がございます。変更内容は館内掲示、または、WEBをご確認ください。

11/3 火曜日				
	スタジオ1	スタジオ3	HOT女性専用	25Mプール
09:00				
10:00	9:45~10:30 やさしいヨガ kumsil	9:40~10:25 バレトン 山口 隆弘		
11:00	10:50~11:35 ベーシックエアロ kumsil	10:40~11:25 Group Centergy 山口 隆弘		11:00~11:30 ジュニアスイミング 特別体験会 (ゆっくりコース半分使用)
12:00	11:50~12:35 ベリーダンス Kiminah	11:50~12:35 Essential Pilates Lenn		12:00~12:30 水中ウォーキング 木山 拓郎
13:00	12:55~13:40 バレエ 矢島 優子	12:55~13:40 バーチャルボクシング Lenn	13:00~13:45 【女性専用】ホットパワーヨガ EMME	12:35~13:20 アクア 木山 拓郎
14:00	¥ 14:00~15:00 【有料】 ヴァリエーションバレエ 矢島 優子	¥ 14:00~15:00 Group Power60 【ジョイントレッスン】 落合 稔・若井雄磨・井野彩音	14:05~14:50 【女性専用】ホットやさしいヨガ EMME	¥ 14:15~15:15 成人 スイミングスクール 中級 佐藤 智子
15:00				
16:00		¥ 15:30~16:30 UBOUND60 【ジョイントレッスン】 落合 稔・井野彩音		
17:00			【プールエリア】ご利用可能時間・エリア 16:45~17:45 ジャグジー・マッサージのみ 17:45~18:45	15:45~18:45 ジュニアスイミングスクール (3コース使用) ◆16:45~17:45◆ (全コース使用)
18:00		18:00~19:00 ジュニアスクール チア		¥ 17:45~18:45 成人 スイミングスクール中級 (1コース使用) 鳥山 優波
19:00				

…黄色のプログラムは、初心者の方でも安心してご参加いただけます。

¥

…有料プログラム（詳細は各POPをご覧ください）

※全てのプログラムが定員制および予約制となっております。

スポーツクラブ ルネサンス 赤塚24