祝日レッスンスケジュール

※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。

11/23 月曜日

	5F	6F	プール
10:00			
11:00	11:00～11:30 Group Power 西田 香	¥ 11:15～12:15 シニアのための健康教室 池田 扶実子	11:15～11:45 アクア 大槇 明日香
12:00	11:45～12:15 ベーシックエアロ 西田 香		
13:00	12:30～13:00 ベーシックステップ 池田 扶実子	¥ 12:30～13:30 【プラススクール】 エアロ 西田 香	
14:00	13:15～13:45 リフレッシュムーブ 出口 訓子		
15:00	14:00～14:30 ヨガ 伊藤 琴絵	14:00～14:45 Group Fight 仙波 桜 臼井 誠人	¥ 14:00～15:00 成人スクール 中級 福田 美穂
16:00	16:00～16:45 Group Centergy YUKO	15:00～15:45 Group Blast 下村 和弘 仙波 桜	

※祝日営業時間: 10:00～20:00

※全てのプログラムが予約制または定員制となっております。

※レッスン開始15分前に空き枠があれば、当日ご参加いただけます。

…無料レッスン

¥ …有料レッスン

スポーツクラブ ルネサンス 梅田