

2024年4月～6月 フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日
	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア
10:00						
11:00			bodyREmake 10:30～11:30 星野 幸恵			TRYnations 11:00～12:00 LEVEL 1 高橋 凌平
12:00						
13:00	bodyREmake 12:10～13:10 星野 幸恵	TRYnations 12:30～13:30 LEVEL 2 岡田 絵理子		TRYnations 13:00～14:00 LEVEL 3 高橋 凌平		TRYnations 12:15～13:15 LEVEL 2 高橋 凌平
14:00						
15:00	TRYnations 14:00～15:00 LEVEL 2 大川 紘輝		TRYnations 14:00～15:00 LEVEL 2 鈴木 奈美	TRYnations 14:15～15:15 LEVEL 1 大川 紘輝		
16:00	bodyREmake 15:15～16:15 藤野 雅子					TRYnations 15:10～16:10 LEVEL 4 大川 紘輝
17:00						
18:00						
19:00						
20:00	TRYnations 19:10～20:10 LEVEL 2 大川 紘輝	TRYnations 19:45～20:45 LEVEL 3 岡田 絵理子	bodyREmake 19:15～20:15 小西 康志	TRYnations 18:45～19:45 LEVEL 4 岡田 絵理子		
21:00	TRYnations 20:30～21:30 LEVEL 1 高橋 凌平		TRYnations 20:30～21:30 LEVEL 1 高橋 凌平	TRYnations 20:30～21:30 LEVEL 2 高橋 凌平		
22:00						
23:00		TRYnations 22:00～23:00 LEVEL 2 笠井 雄基				

スポーツクラブ ルネサンス 長岡24

◆営業時間/【月～木】10:00～24:00 【土】10:00～21:00 【日】10:00～19:00
◆休館日/金曜日 ◆TEL/0258-29-5529