

# 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)

|       | 火曜日   | 水曜日                                       | 木曜日                                       | 金曜日                             | 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<br>10:20～11:20<br>梶山                         |   |   | bodyREmake<br>10:20～11:20<br>井上 |   |   |
| 12:00 |   | TRYnations<br>11:20～12:20<br>LEVEL2<br>我妻 |   |                                 | TRYnations<br>11:00～12:00<br>LEVEL1<br>梶山 |   |
| 13:00 | TRYnations<br>12:00～13:00<br>LEVEL4<br>井上               | TRYnations<br>12:45～13:45<br>LEVEL1<br>梶山 |   |                                 | TRYnations<br>12:20～13:20<br>LEVEL3<br>増成 | TRYnations<br>12:15～13:15<br>LEVEL4<br>井上 |
| 14:00 | TRYnations<br>14:00～15:00<br>LEVEL2<br>小幡               |   | TRYnations<br>14:00～15:00<br>LEVEL3<br>梶山 | bodyREmake<br>14:00～15:00<br>小幡 |   | TRYnations<br>13:30～14:30<br>LEVEL2<br>井上 |
| 15:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 16:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 17:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 18:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 19:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 20:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 21:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 22:00 |   |   |   |                                 |   |   |
| 23:00 | 定員 : body REmake / TRYnations LEVEL1・LEVEL2・LEVEL3 ⇒ 8名 |   |   |                                 |   |   |

スポーツクラブ Lite! ルネサンス横浜24
 ◆ 営業時間 / [火～金]10:00～23:00 [土]10:00～21:00 [日]10:00～19:00  
◆ 休館日 / 月曜日
◆ TEL / 045-316-8622