

# 5月3日(水) 憲法記念日の日 プログラムタイムスケジュール

2017/4/8

	緑スタジオ	青スタジオ	FTA	プール	ゴルフ
10:00				¥ 10:10~11:00 親子ベビースクール	
11:00	10:50~11:50 Group Fight 60 清水 佳代 & 金城 華子	定 10:50~11:50 健美操60 舟津 由美子	ファンクショナルトレーニングエリア 終日ご利用いただけます。	11:00~11:30 クロール/背泳ぎ30	11:00~11:30 定 ¥ スイミング パーソナルレッスン
12:00				定 11:45~12:15 ビヨンドミラクルアクア30 古財 侑季	
13:00	12:10~13:10 エアロ60 及川 祐樹	12:15~13:00 バレトン45 金城 華子		12:30~13:00 平泳ぎ/バタフライ30	12:15~13:00 定 ¥ スイミング パーソナルレッスン
14:00	13:30~14:10 エアロ40 及川 祐樹	定 13:20~14:20 ヨガ60 金城 華子		¥ 13:00~14:00 成人スクール 初級 中級 中上級	
15:00	定 14:30~15:15 Group Power45 宇山 誠	14:50~15:20 カラダ・うごく30 粟飯原 真央		¥ 14:20~19:30 ジュニア スイミング スクール  ※15分前から準備を開始。 ※16:30~18:40全レーン使用 フィットネス会員の方は ご利用いただけません。 19:30までは選手が 4レーン使用します。	ゴルフフレンジ 終日ご利用いただけます。
16:00	15:30~16:00 adidasGYM&RUN30 巽 康善				
17:00	¥ 16:30~18:40 キッズダンススクール エイベックス・ダンスマスター	16:20~17:00 腰痛予防ストレッチ40 宇山 誠			
18:00					
19:00					
20:00	スポーツエリアのご利用は19:30までとなります。 ※FTAでのレッスン及び卓球タイムはございませんのでご了承ください。				

※プールプログラム・スクール実施時には、自由遊泳・歩行レーンを2~4レーンに制限させていただきます。

※担当インストラクターは変更になる場合がございます。予めご了承ください。

■ …枠内に色がついているプログラムは  
初心者の方でも安心してご参加いただけます。

定 …定員制プログラム

## 利用可能時間のご案内

- 正会員・ホリデー会員 / 全時間ご利用可能
- 平日会員 / 10:00~17:00
- 平日3-7会員 / 15:00~19:00
- ナイトプラス会員 / 18:00~20:00
- ナイト会員 / 時間外利用料1,620円でご利用いただけます。

スポーツクラブ & スパ ルネサンス登美ヶ丘 TEL.0742-40-2200

営業時間 / 10:00~20:00 (スポーツエリアのご利用は19:30までとなります)