

2024.10月~RenaiSS 鯖江店 プログラムタイムスケジュール

初心者でも楽しめるプログラム充実

◎参加者把握及びより多くのお客さまにプログラムをご提供させていただくため、
“完全予約制”とさせていただきます。
アプリがない方は、店頭予約端末をご利用ください。

◎プログラムの内容・曜日・時間などは変更になる場合がございます。

◎祝祭日は下記プログラムをお休みさせていただきますのでご了承ください

時間	月	火	水	木	金	土	日	時間
		Aスタジオ ファンクショナルエリア プール	Aスタジオ ファンクショナルエリア プール	Aスタジオ ファンクショナルエリア プール	Aスタジオ ファンクショナルエリア プール	Aスタジオ ファンクショナルエリア プール	Aスタジオ ファンクショナルエリア プール	
10:00		詳しくは館内POPをご覧ください	詳しくは館内POPをご覧ください	詳しくは館内POPをご覧ください	詳しくは館内POPをご覧ください	詳しくは館内POPをご覧ください	詳しくは館内POPをご覧ください	10:00
11:00	10:30~11:15 らくらくステップ [本多]							10:30~11:15 ボディシェイプ ヨガ [浦崎]
12:00	11:30~12:15 ピラティス [田中]	11:30~12:00 ☆ アクアウォーキング	11:00~11:15 ☆ アクアウォーキング	11:30~12:15 引き締めステップ ダイエット [佐野]	11:30~12:15 脂肪燃焼エアロ [神平]		10:00~10:15	12:15~ 週替わりPG [スタッフ]
13:00								
14:00	13:30~14:15 ボディシェイプ ヨガ [浦崎]	※フリータイム -利用不可-	13:30~14:15 ボディバランス ヨガ [大倉]	13:30~14:15 ☆ ヨガ&ピラティス グループセッション [三田村]	13:30~14:15 ☆ ヨガ&ピラティス グループセッション [三田村]		フリータイム	13:30~14:30 ボディコンバット 60 [高崎]
15:00	定休日	13:45~14:40	14:30~15:00 アクアピクス [乾]			14:15~14:45 ☆ アクアウォーキング [山下]	10:15~20:00	終日フリータイム
16:00			※フリータイム 利用不可			14:45~15:05 ☆ アクアダンベル[山下]		
17:00	 <p>おすすめプログラム! ヨガ×ピラティスの 融合エクササイズ! グループセッション</p>			16:00~17:30 ※フリータイム 利用不可				
18:00								
19:00				18:30~19:15 ☆ ヨガ&ピラティス グループセッション [天谷]	18:30~19:15 ベーシックヨガ [山本]		18:30~19:15 週替わり プログラム [スタッフ]	
20:00	19:30~20:15 ボディバランス ヨガ [富田]	19:15~19:45 ☆ アクアピクス [玉木]	19:30~20:15 ☆ ヨガ&ピラティス グループセッション [三田村]	19:30~20:15 ボディコンバット 45 [高崎]	19:30~20:15 ボディコンバット 45 [奥田]			
21:00	20:30~21:15 ☆ ラディカルパワー 45 [乾]		20:30~21:15 ☆ ラディカルパワー 45 [野澤]	20:30~21:30 ボディコンバット 60 [高崎]	20:30~21:15 楽しくエアロ [奥田]		※フリータイム 利用不可	
22:00		※泳ぐ・歩くコース 19:00~21:00 4~7コース	※泳ぐ・歩くコース 19:00~21:00 6~7コース	※泳ぐ・歩くコース 19:00~21:00 6~7コース	※泳ぐ・歩くコース 19:00~21:00 6~7コース	※泳ぐ・歩くコース 19:00~21:00 4~7コース	20:00~21:00 ※フリータイム 利用不可	
22:00 閉館とさせていただきます								

- ☒ ...プールフリータイムをご利用いただけません
- ☑ ...初心者・初級者向けプログラムです
- ☆ ...担当・時間・プログラム内容等を変更したプログラムです。

18:00 閉館とさせていただきます

ルネッサ
鯖江店
☎0778-51-6333

[営業時間] 平日・土 10:00~23:00
日・祝 10:00~19:00
[定休日] 月曜日

21:00 閉館とさせていただきます

予約はいつでも
1レッスンのみ/1日