2026年 10月～12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
	第3スタジオ	第3スタジオ/ファンクショナルエリア	第3スタジオ/ファンクショナルエリア	第3スタジオ/ファンクショナルエリア	第3スタジオ	第3スタジオ
9:30			TRYnations 9:30～10:30 レベル2 寺島　圭音			
10:00		TRYnations 10:00～11:00 レベル1 伊藤　航未		TRYnations 9:45～10:45 レベル2 竹田易子	TRYnations 10:00～11:00 レベル3 竹田　易子	
11:00		TRYnations 11:15～12:15 レベル2 伊藤航未	body REmake 10:45～11:45 寺島　圭音	body REmake 10:30～11:30 中山怜 ※FTA		TRYnations 11:00～12:00 レベル2 島田　愛琉
12:00		body REmake 12:00～13:00 カウン彩乃 ※FTA	TRYnations 12:00～13:00 レベル3 畠中　盛行		body REmake 12:00～13:00 竹田　易子	TRYnations 12:15～13:15 レベル1 島田　愛琉
13:00	TRYnations 13:00～14:00 レベル2 中山　怜		TRYnations 13:15～14:15 レベル2 竹田　易子			body REmake 13:30～14:30 玉城　佑馬
14:00	TRYnations 14:15～15:15 レベル3 神蔵　陽介	TRYnations 14:00～15:00 レベル1 カウン彩乃	TRYnations 14:30～15:30 レベル1 竹田　易子	TRYnations 14:30～15:30 レベル3 神蔵　陽介	TRYnations 14:15～15:15 レベル1 島田　愛琉	
15:00		body REmake 15:15～16:15 伊藤　航未		TRYnations 15:45～16:45 レベル4 神蔵　陽介	TRYnations 15:30～16:30 レベル2 中山　怜	TRYnations 15:00～16:00 レベル3 玉城　佑馬
16:00			body REmake 17:00～18:00 鈴木　悠哉 ※FTA		TRYnations 16:45～17:45 レベル3 中山　怜	
17:00						
18:00						
19:00	TRYnations 19:15～20:15 レベル2 中山　怜	TRYnations 19:30～20:30 レベル1 玉城　佑馬	TRYnations 19:30～20:30 レベル3 神蔵　陽介	TRYnations 19:00～20:00 レベル3 玉城　佑馬		
20:00						
21:00	TRYnations 20:30～21:30 レベル1 田中　柊吉	TRYnations 20:45～21:45 レベル2 玉城　佑馬	TRYnations 20:45～21:45 レベル4 神蔵　陽介			
22:00						
23:00						

各クラス定員

- TRYnations 8名
- TRYnations 10名
- TRYnations 10名
- TRYnations 10名
- body REmake 8名

スポーツクラブ＆サウナスパ　ルネサンス 経堂

◆営業時間／【月～木曜】9:00～23:00　【土曜】8:00～21:00　【日曜・祝日】8:00～20:00
◆休館日／金曜　◆PHONE／03-5426-5080