

2026年10月～12月フィットネススクールスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日
	Cスタジオ					
10:00						
11:00	11:00～12:00 TRYnations Team Training LEVEL2 奥田 龍成			11:05～12:05 TRYnations Team Training LEVEL3 山本 華世	11:00～12:00 TRYnations Team Training LEVEL4 能城 誓己	11:00～12:00 TRYnations Team Training LEVEL1 鈴木 駿太郎
12:00	12:15～13:15 bodyREmake Group Training 岩田 充優	12:30～13:30 TRYnations Team Training LEVEL3 奥田 龍成	12:30～13:30 TRYnations Team Training LEVEL2 杉本 詩織	12:20～13:20 bodyREmake Group Training 岩田 充優	12:15～13:15 TRYnations Team Training LEVEL2 能城 誓己	12:15～13:15 TRYnations Team Training LEVEL2 鈴木 駿太郎
13:00					13:30～14:30 TRYnations Team Training LEVEL3 能城 誓己	
14:00						
15:00	15:15～16:15 bodyREmake Group Training 杉本 詩織	15:15～16:15 TRYnations Team Training LEVEL2 岡田 泰子			15:15～16:15 bodyREmake Group Training 岡田 泰子	
16:00					16:30～17:30 TRYnations Team Training LEVEL1 鈴木 駿太郎	16:45～17:45 TRYnations Team Training LEVEL4 市川 慧人
17:00						
18:00						
19:00						
20:00	20:00～21:00 TRYnations Team Training LEVEL2 金井 元気			20:00～21:00 TRYnations Team Training LEVEL3 杉本 詩織		
21:00	21:15～22:15 TRYnations Team Training LEVEL2 杉本 詩織		21:00～22:00 TRYnations Team Training LEVEL2 能城 誓己			
22:00					TTTLレベル4は LEVEL3 RANK3の 合格者対象クラスです。	

スポーツクラブ&スパ
ルネサンス港南中央24

- ◆ルネサンス会員様は月2,200円(税込)でご利用いただけます。(LEVEL4は4,400円(税込)となります。)
- ◆ご参加には別途フロントにてご登録が必要となります。
- ◆祝日は20:00以降のレッスンが特別休講となります。(振り替え期間6ヵ月)