

スポーツクラブ ルネサンス・イオンモール座間 3周年イベントウィークスケジュール

- イベントプログラム
- 初心者の方でも安心してご参加いただけます
- ¥ フロントでのお申込みが必要です

10月25日(日)			10月26日(月)			10月28日(水)			10月29日(木)			10月30日(金)			10月31日(土)		
スタジオ	オープンスタジオ	プール	スタジオ	オープンスタジオ	プール	スタジオ	オープンスタジオ	プール	スタジオ	オープンスタジオ	プール	スタジオ	オープンスタジオ	プール	スタジオ	オープンスタジオ	プール
		10:00-11:00 ジュニアスクール ※10:00～11:15 ジュニアスクール 専用時間帯です フィットネス会員の方は ご利用いただけません						10:00-10:50 ベビースクール						10:00-10:50 ベビースクール			10:00-16:30 ジュニアスクール ※10:00～16:45 ジュニアスクール 専用時間帯です フィットネス会員の方は ご利用いただけません
10:30-11:00 アロマストレッチ 石橋義弥	10:30-10:50 【映像】リフレッシュストレッチ		10:30-11:15 パーソナルエアロ 大久保美代子	10:30-10:45 からだすっきりストレッチ		10:30-11:15 ヨガ 田口利恵	10:30-11:15 Essential Pilates 井澤麻衣子		10:30-11:15 ZUMBA 納多浩子	10:30-11:00 カラダ・うごく		10:30-11:15 やさしい温ヨガ 井澤麻衣子			10:30-11:15 レギュラーエアロ 下川富見子	10:30-10:50 【映像】リフレッシュストレッチ	
	11:00-11:15 【映像】骨格リセットエクササイズ			11:00-12:00 TRYnations Lv.2 安川遥香						11:15-11:30 お腹シェイプ	11:15-12:00 水中運動スクール 青木 利文			11:00-12:00 成人スクール (初級/中級/上級)		11:00-11:30 【映像】パワーヨガ	
11:15-12:00 ZUMBA 島田喜一郎	11:30-11:45 【映像】Group Centergy	11:30-12:20 ベビースクール	11:30-12:15 ピラティス 大久保美代子	12:00-13:00 bodyREmake 井澤麻衣子		11:30-12:00 Group Fight 安川遥香	11:30-12:30 TRYnations Lv.1 井澤麻衣子	11:40-12:20 アクアピクス 田口 利恵	11:30-12:10 ホットボディメイクヨガ 納多浩子			11:30-12:00 Group Fight 久保田優	11:45-12:30 Essential Pilates 倉本朋子		11:30-12:15 ピラティス 下川富見子		
12:15-12:45 Group Fight 浅井あさ子	12:05-12:20 リセットボール			12:30-13:15 ホットヨガ Hiromi	12:30-13:00 水中ウォーキング 座間茜	12:15-13:00 ZUMBA HONA	12:30-13:30 bodyREmake 井澤麻衣子	12:30-13:30 成人スクール (初級/中級)	12:30-13:00 UBOUND 久保田優		12:15-12:45 水中ウォーキング 加藤修一	12:15-13:00 Group Centergy 安川遥香		12:15-13:00 水中運動スクール	12:30-13:00 Group Power 片岡×見汐		
13:00-13:45 Group Centergy 木村萌生	13:00-14:00 TRYnations Lv.3 石橋義弥 浅井あさ子	13:00-14:00 ジュニアスクール	13:30-14:15 Group Blast Hiromi	13:00-14:00 TRYnations Lv.1 戸倉 茉那		13:15-14:00 Group Centergy 樋口×安藤	13:30-14:30 TRYnations Lv.2 倉本朋子		13:30-14:00 Group Power 見汐×渡邊		13:00-13:45 エンジョイマスタース	13:15-13:45 Group Groove 木村萌生	13:00-14:00 ルーシーダットン 井澤麻衣子	13:20-14:00 アクアピクス 石井 俊太郎	13:30-14:15 ZUMBA 田部百合恵		
14:00-14:45 Group Groove 角田×木村	14:15-15:15 TRYnations Lv.2 片岡実	14:30-15:45 マスタースクール	14:30-15:15 Group Power DINO	14:30-14:45 お尻シェイプ		14:15-15:00 Group Blast 樋口×安藤	14:45-15:30 Essential Pilates 倉本朋子		14:15-14:45 Group Fight 辻田晶子	14:15-14:30 からだすっきりストレッチ		14:15-14:45 ピラティス SHOKO	14:15-14:30 お腹シェイプ		14:30-15:00 Group Groove 青木智子	14:30-15:15 Essential Pilates 吉村優花	
15:00-15:45 Group Blast 戸倉×木藤			15:30-16:00 Group Fight DINO	15:00-15:20 リセットボール		15:30-16:00 【映像】Group Groove		14:30-18:30 ジュニアスクール ※15:15～18:45 ジュニアスクール 専用時間帯です フィットネス会員の方は ご利用いただけません	15:00-15:45 ピラティス 辻田 晶子	14:45-15:15 カラダうごく		15:00-15:30 バレトソールシンセシス SHOKO	14:45-15:00 カラダうごく		15:15-15:45 バレト30 REI		
	15:30-16:30 bodyREmake 木村萌生		16:20-16:50 【映像】パワーヨガ						15:30-16:00 【映像】パワーヨガ			15:45-16:00 【映像】Group Fight		14:30-18:30 ジュニアスクール ※15:15～18:45 ジュニアスクール 専用時間帯です フィットネス会員の方は ご利用いただけません	16:00-17:00 Group Centergy REI×久保田×安川	16:45-17:00 お尻シェイプ	17:00-17:45 エンジョイマスタース
16:15-17:00 Group Fight DINO			17:00-17:30 【映像】バレトソールシンセシス			16:20-16:50 【映像】ピラティス			16:00-16:45 【映像】Group Groove			16:10-16:40 【映像】骨格リセットエクササイズ				17:15-17:30 カラダうごく	
17:15-18:00 Group Power DINO			17:40-18:10 【映像】Group Centergy			17:00-17:30 【映像】ヨガ			16:55-17:25 【映像】骨格リセットエクササイズ			16:50-17:20 【映像】腰痛予防ストレッチ			17:30-18:15 【映像】Group power	17:45-18:00 からだすっきりストレッチ	
	18:15-18:45 【映像】バレトソールシンセシス		18:30-19:00 UBOUND 戸倉茉那			17:40-18:10 【映像】Group Power			17:35-18:05 【映像】ヨガ			18:30-19:00 Group Centergy 安川遥香			18:30-19:00 Group Centergy 安川遥香	18:15-18:45 【映像】バレトソールシンセシス	
	19:00-19:30 【映像】パワーヨガ		19:15-20:00 Group Power 片岡実	19:00～19:15 お腹シェイプ		18:30～19:00 Group Blast 戸倉 茉那	18:45～19:30 Essential Pilates 浅井 あさ子		18:30-19:00 温バレトソールシンセシス Non			19:15-19:55 温ボディメイクヨガ 木村萌生		19:00-20:00 成人スクール (初級/中級/上級)		19:00-19:30 【映像】パワーヨガ	
			19:30-20:30 TRYnations Lv.2 松本莞太			19:15-20:00 Group Fight 増田健太郎	19:45～20:00 お尻シェイプ	19:15-20:30 マスタースクール	19:15-20:00 Group Centergy Non								
			20:15-21:00 ZUMBA 島田喜一郎	20:15～20:30 カラダうごく		20:15-21:00 Group Centergy 増田健太郎	20:45～21:00 リセットボール		20:15-21:00 Group Groove 齊木智子	20:45-21:00 お腹シェイプ		20:15-21:00 Group Fight 戸倉×伊藤					
			21:15-22:00 Group Blast 松本莞太	20:45-21:45 TRYnations Lv.3 齊木智子		21:15-22:00 UBOUND 吉村優花			21:15-21:45 Group Fight 見汐×辻田	21:15-21:30 からだすっきりストレッチ		21:15-21:45 UBOUND 浅井あさ子					

