

4月29日(水)

昭和の日スケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	FTA	プール
10:00				
11:00	10:30-11:15 UBOUND ナカザワマサシ	10:25-11:05 温アロマヒーリングヨガ MIDORI		¥ 10:15-11:00 水中運動スクール
12:00	11:30-12:15 フラダンス 内山泰子	11:55-12:15 ファンダメンタルピラティス 芳原真結美		¥ 11:10-12:10 成人スクール 初級/中級
13:00	12:30-13:20 チャレンジ&チャレンジエアロ 内山泰子	12:30-13:15 Essential Pilates 船木美恵子		12:40-13:30 ミットアクア 芳原真結美
14:00	13:45-14:30 GroupBlast KENGO	13:30-14:10 ベリーシェイプ 太田美帆		
15:00	14:45-15:30 GroupPower MARK	14:25-15:05 ベーシックエアロ 花岡洋子	14:25-14:45 ヨガストレッチ 太田美帆	¥ 14:10-15:10 成人スクール 中級/上級
16:00	15:45-16:30 UBOUND 中野裕嗣			¥ 15:30-20:00 ジュニアスクール
17:00	16:45-17:30 GroupFight TSUGU			
18:00				

 …イベントプログラム

営業時間 10:00-19:00

プールエリアのご利用は18:30までとなります

5月3日(日)

憲法記念日スケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	FTA	プール
10:00				¥
11:00	10:40-11:25 UBOUND ナカザワマサシ	10:40-11:20 温ボディメイクヨガ 花岡洋子	¥ 11:00~12:00 TRYnation LEVEL2 達家翔悟	9:00-12:00 ジュニアスクール
12:00	11:40-12:25 GroupBlast ナカザワマサシ	11:40-12:25 Essential Pilates 船木美恵子		12:10-12:40 アクアピクス 花岡洋子
13:00	12:40-13:25 ZUMBA 河西陽子	12:40-13:20 レギュラーエアロ 船木美恵子		¥ 13:00-13:50 ベビースクール
14:00	13:40-14:10 バレトンソールシンセシス 宮島令子			
15:00	14:25-15:05 ラデンエアロ 宮島令子	14:15-15:00 Essential Pilates ヒメノ	¥ 14:15~15:15 TRYnation LEVEL1 ナカザワマサシ	¥ 14:30-15:15 ジュニアスクール
16:00	15:15-16:00 リトモス 宮島令子	15:15-15:30 お尻シェイプ 15:40-15:55 お腹シェイプ		
17:00	16:15-17:00 GroupPower EDDY		¥ 16:00~17:00 TRYnation LEVEL2 達家翔悟	
18:00	17:15-18:00 GroupFight EDDY			

 …イベントプログラム

営業時間 10:00-19:00

プールエリアのご利用は18:30までとなります

5月5日(火)

こどもの日スケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	FTA	プール
10:00				
11:00	10:30-11:00 バレトンソールシンセシス 太田美帆	10:30-11:00 からだすっきりストレッチ Ai		¥ 10:15-11:05 ベビースクール
12:00	11:30-12:15 ZUMBA 中里みずほ	11:10-11:25 お尻シェイプ	¥ 11:30~12:30 TRYnation LEVEL3 山口貴志	11:30-12:00 クロール/バタフライ 12:10-12:40 水中ウォーキング
13:00	12:40-13:25 バランスコーディネーション 三沢麻美		¥ 13:00~14:00 TRYnation LEVEL2 伊藤貴裕	
14:00	13:40-14:10 ベーシックエアロ 船木美恵子	13:45-14:45 ヨガ 原田詠子	¥ 14:15~15:15 TRYnation LEVEL1 伊藤貴裕	13:30-14:10 アクアビクス 太田美帆 ¥ 14:30-15:15 水中運動スクール
15:00	¥ 14:30-15:30 ちょうどいい難易度のステップ 宮島令子			
16:00	15:50-16:40 チャレンジエアロ 宮島令子			
17:00		17:00-17:45 Essential Pilates 宮島令子		
18:00				¥ 18:30-20:00 ジュニアスクール

 …イベントプログラム

営業時間 10:00-19:00

プールエリアのご利用は18:30までとなります

Reiko Miyajima

MAY 5, 2026

ちょうどいい

難易度の

ステップ

日時：5月5日14:30～15:30

担当：宮島令子

定員：35名

料金：1,650円(税込)

受付：優先予約グループ

4月20日(月)14:30～

通常予約グループ

4月28日(火)11:00～



- ・ご予約はルネサンスアプリのマイページでのイベント予約となります。
- ・会員外の方は指定時間よりお電話での受付となります。
- ・お支払いは、原則レッスン開催日前日までにフロントにてご入金となります。
- ・レッスン開催までにご入金がなく不参加の場合は後日キャンセル料を頂戴いたします。
- ・ご入金後のキャンセルは前日までは返金可、当日は不可となります。
- ・時間外利用の方は、レッスン前後60分に限り施設利用が可能となります。
- ・非会員の方は別途施設利用料1,650円(税込)が必要となります。
- ・法人都度利用の方は別途都度利用料が必要となります。
- ・ご入場は、予約受付番号順となります。入場順は前日までに会員番号を掲示いたします。
- ・開始10分前から入場案内いたしますので、スタジオ前にお集まりください。

5月6日(水)

昭和の日スケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	FTA	プール
10:00				
11:00	10:30-11:15 UBOUND ナカザワマサシ	10:25-11:05 温アロマヒーリングヨガ MIDORI		¥ 10:15-11:00 水中運動スクール
12:00	11:35-12:05 GroupBlast ナカザワマサシ	11:55-12:15 ファンダメンタルピラティス 芳原真結美	¥ 12:00~13:00 TRYnation LEVEL2 山口貴志	¥ 11:10-12:10 成人スクール 初級/中級
13:00	12:20-13:05 GroupBlast KENGO	12:30-13:15 Essential Pilates 船木美恵子		12:40-13:30 ミットアクア 芳原真結美
14:00	13:30-14:00 UBOUND ヒメノ	13:30-14:10 ベリーシェイプ 太田美帆	¥ 13:10~14:10 body REmake Ai	
15:00	14:20-15:05 GroupPower MARK	14:25-15:05 ベーシックエアロ 花岡洋子	14:25-14:45 ヨガストレッチ 太田美帆	¥ 14:10-15:10 成人スクール 中級/上級
16:00	15:20-16:05 GroupFight EDDY			¥
17:00	16:30-17:10 レギュラーエアロ 宮島令子			15:30-20:00 ジュニアスクール
18:00	17:25-18:10 リトモス 宮島令子			

■ …イベントプログラム

営業時間 10:00-19:00

プールエリアのご利用は18:30までとなります