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)

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア
10:00						
11:00	body REmake 11:00～12:00 浅川 恵子	TRYnations 11:20～12:20 LEVEL2 小幡　諒			TRYnations 11:00～12:00 LEVEL1 梶山　瞳	body REmake 11:00～12:00 浅川 恵子
12:00	TRYnations 12:30～13:30 LEVEL 1 小塚 康恵		body REmake 13:00～14:00 浅川 恵子		TRYnations 12:20～13:20 LEVEL2 梶山　瞳	TRYnations 12:20～13:20 LEVEL1 佐藤　颯大
13:00						
14:00						TRYnations 14:00～15:00 LEVEL3 石澤　柊虎
15:00					TRYnations 15:00～16:00 LEVEL3 井上 吾朗	TRYnations 15:15～16:15 LEVEL1 浅川　恵子
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00		TRYnations 20:00～21:00 LEVEL 1 富田 祐樹		TRYnations 19:30～20:30 LEVEL2 小幡　諒		
21:00						
22:00						
23:00						

定員：body REmake /　TRYnations LEVEL1･LEVEL2･LEVEL3　⇒　8名

スポーツクラブ &サウナスパ ルネサンス横浜24

◆営業時間：休館日/月曜日　【火～金】10:00～23:00
【土】10:00～21:00　【日】10:00～20:00
◆TEL：045-316-8622