

3月21日 (火・祝) 春分の日タイムスケジュール

10:00
11:00
12:00
13:00
14:00
15:00
16:00
17:00
18:00

第1スタジオ	第2スタジオ	多目的コート	プール	
8:45~9:15 Group Centergy30【映像】	8:45~9:00 モーニングストレッチ15【映像】			
9:25~9:55 Group Groove30【映像】	9:10~9:40 ヨガ30【映像】			
	9:50~10:05 骨格リセットエクササイズ15【映像】		10:00~10:30 水中ウォーキング30 大野知子	
10:30~11:15 ヨガ45 岡田典子【定員40名】	10:35~11:05 ベーシックエアロ30 江橋富美子【定員15名】	10:30~11:30 かけっこ教室 【有料イベント】 ※詳細は別POPにてご確認ください。	10:00~11:00 成人 スイミング スクール 初心者	
			11:00~12:00 成人 スイミング スクール 膝・腰 機能改善	
11:35~12:05 Group Centergy30 金澤睦美【定員40名】	11:35~12:15 ボディメイクヨガ40 岡田典子【定員25名】		11:00~11:45 エンジョイ マスターズ45 大野知子	
			※フリーコースは、終日 ご利用いただけます。	
12:25~13:10 Group Blast45 益子葉月【定員30名】	12:30~13:00 バレトンソールシンセシス30 須崎七海【定員25名】	12:30~13:30 かけっこ教室 【有料イベント】 ※詳細は別POPにてご確認ください。		
YONEデビュー！！ この機会に是非ご参加下さい			13:10~13:40 アクア30 江橋富美子	
13:30~14:15 Group Fight45 佐藤将之&米川徹【定員39名】	13:20~13:50 骨格リセットエクササイズ 金澤睦美【定員25名】		13:45~14:15 水慣れ30 大久保未波	
	14:10~14:40 カラダ・うごく30 益子葉月【定員25名】	【LINE登録者限定イベント】 14:30~14:50 HEAT-HIT20 伊藤胡春	14:00~15:00 マスターズ 練習会	
14:35~15:05 adidasGYM&RUN30 余多分綾子【定員40名】				
15:35~16:05 UBOUND30 米川徹&立川愛佳弥【定員29名】	15:00~15:45 ヨガリンパ45 益子葉月【定員25名】	↑コチラのQRコードを 読み取って頂き、追加をクリック して頂ければOK！ 詳細は別POPにてご確認ください。	15:00~18:00 ジュニア スイミング スクール ※14:40~ スクール準備	
立川トレーナーデビュー！！ この機会に是非ご参加下さい		↑↑↑↑↑↑↑↑↑↑ *LINEの友達追加で読み取ってください*		
17:00~18:00 ジュニア ヒップホップスクール	17:00~18:00 ジュニア 体育スクール			
18:30~翌10:30は無人営業時間となります。			※プールエリアの ご利用は 18:00で終了となります。	

全てのレッスンは予約制レッスンとなります。(映像レッスン除く)

Myルネサンス

ダウンロードしたら初期設定が必要です。

Android

iPhone

App Store
からダウンロード

RENAISSANCE Online Livestream

お家でルネサンスの
レッスンが受けられます！

初期設定が必要です。

…枠内にこちらのマークがあるプログラムは
初心者の方でも安心してご参加いただけます。

…有料プログラム

利用可能時間のご案内

●フィットネス会員は各会員種別時間内でのご利用となっております。
●無人営業時間の利用契約がない方は、10:30~のご利用となります。