1月号

ルネサンスオンラインライブストリーム

プログラム情報

人気プログラムランキング

1位 寒い季節は特にやりたい！
意外と人気なプログラム

肩こり予防エクササイズ

2位 12月から「ビデオレッスン配信専用ルーム」で新登場！

【ビデオ】顔スッキリヨガ

3位 効率良く鍛えるならコレ！
短時間ボディメイク

サーキットトレーニング

4位 Group Fight

5位 Group Centergy

Topics

早朝や深夜も充実。あの人気プログラムがオンラインに！

昨年末からスタートした「ビデオレッスン配信専用ルーム」はもうご存じですか？早朝6時半から深夜0時半までレッスンが受けれるようになりました♪ぜひご自身のライフスタイルに合せてオンラインレッスンを取り入れましょう！さらにあの人気プログラム「Group Power」「Group Blast」がオンラインに登場！道具が無くても大丈夫ですし、ルネサンスのオンラインショップで道具を揃えることも可能です。まだオンラインレッスンを試したことの無い方は、ぜひ1月末までの2ヶ月無料キャンペーンでお試しください。