スポーツクラブ
ルネサンス・イオンタウンふじみ野24

2024 07▸09 基本タイムスケジュール

※スケジュールは変更となる場合がございます。変更内容は館内掲示、または、WEBをご確認ください。

……枠内に色がついてい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。
登 ……登録制プログラム（フロントでのお手続きが必要です。）

レッスン予約はコチラ

月 休館日

火 TUESDAY

第1スタジオ	プール
10:30~11:00 UBOUND【暗闇】 川上紘輝	
11:20~11:40 お腹シェイプ	11:30~12:00 ビヨンドミラクル アクア 大塚麗
12:00~12:30 温ヨガ YUKA	
12:50~13:20 バランスコーディネーション® YUKA	13:10~13:40 水中ウォーキング 保野あゆは
13:40~14:25 UBOUND【暗闇】 Mii	14:00~14:30 ビヨンドミラクル アクア 保野あゆは
14:40~15:10 Group Fight 金森貴子	
15:30~16:00 ホットヨガ 瀧澤貴美	
17:50~18:20 【映像】Group Fight 予約不要	
18:40~19:10 【映像】ヨガ 予約不要	
19:30~20:00 Group Centergy 米屋知香	
20:20~20:50 Group Groove 米屋知香	
21:10~21:55 Group Fight 金森貴子	

水 WEDNESDAY

第1スタジオ	プール
10:30~11:00 青竹ビクス® 瀧澤貴美	10:30~11:20 親子ベビー
11:15~12:00 温ヨガ 瀧澤貴美	
12:15~12:45 Group Centergy 保野あゆは	12:15~12:45 ビヨンドミラクル アクア 大塚麗
13:00~13:45 Group Fight 川上紘輝	
14:00~14:30 Group Groove Me	14:10~15:00 親子ベビー
14:50~15:20 温ヨガ 瀧澤貴美	
15:30~16:00 【映像】Group Centergy 予約不要	15:30~19:00 ジュニアスクール
17:00~17:30 【映像】Group Groove 予約不要	
17:50~18:20 【映像】Group Fight 予約不要	
18:50~19:10 お腹シェイプ	
19:30~20:00 UBOUND【暗闇】 川上紘輝	19:30~20:30 成人スクール
20:20~21:05 Group Centergy 田中智子	
21:20~21:50 アロマストレッチ 井上凜	

木 THURSDAY

第1スタジオ	プール
10:30~11:00 Group Groove 新山美穂	
11:20~12:05 Group Centergy 保野あゆは	11:00~12:00 成人スクール
12:30~13:00 温ボディメイクヨガ 見目愛実	12:30~13:00 ビヨンドミラクル アクア 江森幸恵
13:20~13:50 UBOUND【暗闇】 見目愛実	
14:10~14:40 Group Fight Me	
15:00~15:45 Group Centergy 森田園子	15:30~19:00 ジュニアスクール
17:00~17:30 【映像】ヨガ 予約不要	
17:50~18:20 【映像】Group Centergy 予約不要	
18:40~19:10 【映像】Group Groove 予約不要	
19:30~20:00 Group Fight 高野奏	
20:20~21:05 Group Groove Me	
21:20~22:20 【有料】イベントプログラム	

金 FRIDAY

第1スタジオ	プール
10:30~11:00 バランスコーディネーション® 内藤絢	10:30~11:20 親子ベビー
11:20~11:50 Group Fight 髙野奏	
12:10~12:55 UBOUND【暗闇】 澤田好広	
13:15~14:00 温ヨガ 内藤絢	13:00~14:00 成人スクール
14:20~14:50 青竹ビクス® 田中智子	
15:05~15:35 Group Centergy 田中智子	15:30~19:00 ジュニアスクール
16:00~16:30 【映像】Group Fight 予約不要	
17:50~18:20 【映像】Group Groove 予約不要	
18:40~19:10 バランスコーディネーション® YUKA	
19:25~20:10 ホットヨガ YUKA	19:30~20:30 成人スクール
20:30~21:15 UBOUND【暗闇】 Mii	

土 SATURDAY

第1スタジオ	プール
10:20~10:50 ホットヨガ YUKA	10:00~16:30 ジュニアスクール
11:10~11:40 バランスコーディネーション® YUKA	
12:00~12:30 UBOUND【暗闇】 川上紘輝	
12:50~13:20 Group Fight 川上紘輝	
13:40~14:10 Group Fight 坂下尚輝	
14:30~15:30 【有料】イベントプログラム	
15:50~16:20 UBOUND【暗闇】 坂下尚輝	
16:40~17:00 お腹シェイプ	
17:20~18:05 Group Groove 米屋知香	
18:25~18:55 Group Fight 米屋知香	

日 SUNDAY

第1スタジオ	プール
10:20~10:50 温ボディメイクヨガ MIKa	10:00~16:30 ジュニアスクール
11:10~11:55 Group Centergy MIKa	
12:10~12:55 UBOUND【暗闇】 Mii	
13:10~13:40 Group Fight 髙野奏	
14:00~14:30 温パワーヨガ MIKa	
14:45~15:15 Group Centergy MIKa	
15:30~16:00 Group Groove 新山美穂	
16:15~17:00 Group Fight 坂下尚輝	16:30~17:30 成人スクール
17:20~18:20 【有料】イベントプログラム	

ホットプログラムについて

500ml以上の水分・バスタオルをお持ちの上、ご参加ください。

プログラム変更、代行について

スタジオ予約システムにてご確認をお願いいたします。
急な変更や代行についても、予約システムで最新の情報をご確認いただけます。
当日の変更に限り、館内掲示いたします。