スポーツクラブ
ルネサンス 海老名ビナガーデンズ24

2024 04▸06 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	第1プール
10:00~10:45 Group Centergy AMI	
11:00~11:30 Group Fight 加藤泰晟	登 11:00~12:00 【有料】成人スクール（初中級）
11:45~12:15 Group Groove AMI	
12:30~13:00 UBOUND 小山由紀子	12:30~13:10 アクアビクス 石井俊太郎
13:15~13:45 レギュラーエアロ 西脇恵子	登 13:30~14:30 【有料】成人スクール（中上級）
14:00~14:30 バランスコーディネーション® 西脇恵子	
14:45~15:30 ヨガ 佐々木麻衣	登 15:00~18:45 【有料】ジュニアスクール 専用時間帯 ※フィットネス会員の方はご利用いただけません
15:45~16:30 ZUMBA 佐々木麻衣	
16:45~17:00 【映像】お腹シェイプ	
17:05~17:20 【映像】Group Centergy	
17:25~17:40 【映像】Group Fight	
17:45~18:00 【映像】adidasGYM&RUN	
18:30~19:00 UBOUND 緒方涼	
19:30~20:15 バレトン ソールシンセシス 山田有紀乃	
20:30~21:15 Group Fight 緒方涼	プール利用可能時間21:00まで
21:30~22:00 Group Centergy 安川遥香	

水 WEDNESDAY

第1スタジオ	第1プール
10:00~10:45 Group Centergy 樋口家与依	登 10:00~10:50 【有料】ベビースクール ※フィットネス会員の方は2コース利用可能です
11:00~11:30 Group Fight 緒方涼	11:00~11:30 水中ウォーキング スイミングコーチ
11:45~12:15 UBOUND 室伏郁伽	登 11:40~12:40 エンジョイマスターズ
12:30~13:15 ZUMBA 飯田遼子	13:00~13:40 アクアビクス 石井俊太郎
13:30~14:15 レギュラーエアロ 飯田遼子	登 14:00~18:45 【有料】ジュニアスクール 専用時間帯 ※フィットネス会員の方はご利用いただけません
14:30~15:15 Group Centergy AMI	
15:30~16:10 ホットボディメイクヨガ 岡田泰子	
登 16:30~17:30 【有料】ジュニアスクール KIDS FIT(キッズ フィット)	
18:30~19:15 ヨガ 佐々木麻衣	登 19:00~20:00 スペシャルマスターズ
19:30~20:15 ZUMBA 佐々木麻衣	登 20:10~20:40 【有料】スイミングパーソナル
20:30~21:15 UBOUND 加藤泰晟	プール利用可能時間21:00まで
21:30~22:00 Group Fight 福井邦人	

木 THURSDAY

第1スタジオ	第1プール
10:00~10:45 温ヨガ 田部百合恵	
11:00~11:30 ベーシックエアロ 田部百合恵	
11:45~12:30 バレトン ソールシンセシス 山田有紀乃	
12:45~13:15 adidasGYM&RUN 山田有紀乃	
13:45~14:30 ZUMBA 納多浩子	14:00~14:40 アクアビクス 渋澤かおる
14:45~15:30 Group Fight DINO	登 15:00~15:30 【有料】スイミングパーソナル
15:45~16:30 温ヨガ YUKA	登 15:30~16:30 【有料】成人スクール（中上級）
16:45~17:00 【映像】Group Fight	
17:05~17:20 【映像】adidasGYM&RUN	
17:25~17:40 【映像】お腹シェイプ	
17:45~18:00 【映像】Group Groove	
18:30~19:15 ピラティス 前田真由美	
19:30~20:00 UBOUND 緒方涼	19:15~20:15 【有料】レンタルコース 1組1レーン貸切 5,500円(税込)/60分 Myルネサンスよりご予約ください
20:30~21:15 Group Fight 1・3週目 朝山洋 2・4・5週目 緒方涼	プール利用可能時間21:00まで
21:30~22:00 Group Centergy AMI	

金 FRIDAY

第1スタジオ	第1プール
10:00~10:45 ヨガ YUKA	登 10:00~10:50 【有料】ベビースクール ※フィットネス会員の方は2コース利用可能です
11:00~11:30 Group Fight 緒方涼	11:05~11:45 アクアビクス 周田洋子
11:45~12:30 温ヨガ YUKA	登 11:55~12:55 エンジョイマスターズ
12:45~13:15 Group Groove 木島初美	登 13:00~14:00 【有料】成人スクール（初級）
13:30~14:15 ZUMBA RICA	登 14:05~14:35 【有料】スイミングパーソナル
14:30~15:00 Group Centergy 木島初美	登 15:00~18:45 【有料】ジュニアスクール 専用時間帯 ※フィットネス会員の方はご利用いただけません
15:30~16:00 バレトン ソールシンセシス 山田有紀乃	
登 16:30~17:30 【有料】ジュニアスクール KIDS FIT(キッズ フィット)	
18:30~19:15 Group Centergy 室伏郁伽	登 19:15~20:15 【有料】成人スクール（初中級）
19:30~20:15 Group Fight 加藤泰晟	
20:30~21:15 Group Groove 土井環奈	プール利用可能時間21:00まで
21:30~22:00 【映像】ホットパワーヨガ 予約不要	

土 SATURDAY

第1スタジオ	第1プール
	登 10:00~16:45 【有料】ジュニアスクール 専用時間帯 ※フィットネス会員の方ははご利用いただけません
10:30~11:15 ヨガ 福本麻衣子	
11:30~12:15 Group Fight 柴村宏輝	
12:30~13:15 Group Centergy 安川遥香	
13:30~14:15 UBOUND 小山由紀子	
14:30~15:00 Group Centergy 安川遥香	
15:30~16:00 Group Groove AMI	
16:30~17:00 UBOUND 加藤泰晟	
17:30~18:15 Group Centergy AMI	登 17:15~18:15 スペシャルマスターズ
	プール利用可能時間20:50まで

日 SUNDAY

第1スタジオ	第1プール
	登 10:00~11:15 【有料】ジュニアスクール 専用時間帯 ※フィットネス会員の方はご利用いただけません
10:30~11:15 ホットヨガ 周田洋子	
11:30~12:00 UBOUND 小山由紀子	登 11:30~12:20 【有料】ベビースクール ※フィットネス会員の方は2コース利用可能です
12:30~13:00 Group Centergy 谷地田朱奈	
13:30~14:15 Group Fight 佐藤純	登 13:00~15:45 【有料】ジュニアスクール 専用時間帯 ※フィットネス会員の方はご利用いただけません
14:30~15:15 ZUMBA 藤本美保	
15:30~16:00 UBOUND 柴村宏輝	
16:30~17:00 Group Fight 柴村宏輝	登 16:15~16:45 【有料】スイミングパーソナル
17:30~18:15 Group Groove AMI	
18:30~19:00 【映像】温ヨガ 予約不要	
	プール利用可能時間20:50まで

定員制につきまして

ご予約の方が優先にご参加いただけます。
スタジオ予約システムを是非ご利用ください。

【映像プログラム】につきまして

【映像プログラム】は途中入退場が可能です。
初めてスタジオを参加される方は是非お試しください。