スポーツクラブ＆サウナスパ　ルネサンス　川口

GWタイムスケジュール　2026年4月29日～5月6日

初心者にオススメ　中級者にオススメ　有料スクール　ジュニアスクール

4月29日(水) WED

スタジオ1

- ベーシックエアロ 9:45～10:15 神田 知子
- ベーシックステップ 10:30～11:00 神田 知子
- Essential Pilates 11:15～12:00 Kumsil
- Group Centergy 12:15～13:00 阿部 恭子
- Group Fight 13:20～14:05 田邉 拓也
- 【有料イベント】【暗闇演出】ZUMBA 14:25～15:25 長谷川 なごみ
- ジュニアスクール スイミング 15:30～16:30
- ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35
- ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40

スタジオ2

- ※第1コースの半分を専有させていただきます。
- ※第1コースの半分を専有させていただきます。
- ※第1～3コースを専有させていただきます。
- ※第1コースの半分を専有させていただきます。

プール

- 【有料イベント】ジュニアスクール スイミング 特別レッスン 9:30～10:00
- アクアシェイプ ミット 10:30～11:00 浜田 ヒロユキ
- 【有料イベント】ジュニアスクール スイミング 特別レッスン 11:30～12:00
- 【有料イベント】プール開放 13:30～15:00
- 【有料イベント】ジュニアスクール スイミング 特別レッスン 18:50～19:20

4月30日(木)～5月2日(土)

通常スケジュール

5月3日(日) SUN

スタジオ1

- ボディリセット 10:10～10:40 市川 紀江
- ベーシックエアロ 11:00～11:45 市川 紀江
- ラテン 12:05～12:50 市川 紀江
- Essential Pilates 13:10～13:55 スタッフ
- 【有料イベント】UBOUND 14:20～15:20 村上 都弥 楠木 巳里乃
- 【無料イベント】レギュラーエアロ「ゆるっと3ブロック祭り」15:40～16:25 堀内 徳子
- 【無料イベント】アクティブヨガ 16:45～17:30 堀内 徳子

プール

- ジュニアスクール スイミング 8:30～9:30
- ジュニアスクール スイミング 9:35～10:35
- ジュニアスクール スイミング 10:40～11:40
- ジュニアスクール スイミング 11:45～12:45
- アクア 13:30～14:15 新井 里江子

5月4日(月) MON

休館日

5月5日(火) TUE

スタジオ1

- Group Centergy 9:40～10:25 米屋 知香
- ベーシックエアロ 10:40～11:10 佐藤 祐子
- 【有料イベント】Group Fight 11:25～12:25 落合 椋 目黒 俊裕 田邉 拓也
- ストレッチ 12:40～13:25 井上 由紀子
- ジャズ 13:40～14:25 井上 由紀子
- 【有料イベント】エアロ「爆裂エアロビクス」14:45～16:15 市川 紀江 井上 千枝 櫻井 由香 馬場 恵里奈
- ジュニアスクール チアダンス 16:35～17:35
- ジュニアスクール チアダンス 17:40～18:40

スタジオ2

- 太極拳 14:10～14:55 池田 一史
- 太極拳スクール 15:10～15:55 池田 一史
- ジュニアスクール バレエ 16:20～17:20
- ジュニアスクール バレエ 17:30～19:05

プール

- 水中ウォーキング 9:50～10:20 高木 智子
- アクア 10:30～11:00 高木 智子
- スイミングスクール 11:10～12:10
- ジュニアスクール スイミング 11:10～12:00
- スイミングスクール 13:00～14:00
- ジュニアスクール スイミング 14:30～15:20
- ジュニアスクール スイミング 15:30～16:30
- ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35
- ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40
- ジュニアスクール スイミング 18:45～19:45
- ※スイミングスクール（成人）19:50～20:50 は休講です。振替にてご利用ください。

5月6日(水) WED

スタジオ1

- ベーシックエアロ 9:45～10:15 あい
- ベーシックステップ 10:30～11:00 あい
- ヨガ 11:15～12:00 Kumsil
- Group Centergy 12:15～13:00 MIKa
- Essential Pilates 13:20～14:05 MIKa
- 【暗闇演出】ZUMBA 14:25～15:10 星奈
- UBOUND 15:30～16:15 村上 都弥
- ジュニアスクール スイミング 15:30～16:30
- ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35
- ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40

スタジオ2

- ※第1コースの半分を専有させていただきます。
- ※第1コースの半分を専有させていただきます。
- ※第1～3コースを専有させていただきます。
- ※第1コースの半分を専有させていただきます。

プール

- 【有料イベント】ジュニアスクール スイミング 特別レッスン 9:30～10:00
- アクアシェイプ ミット 10:30～11:00 浜田 ヒロユキ
- 【有料イベント】ジュニアスクール スイミング 特別レッスン 11:30～12:00
- 【有料イベント】プール開放 13:30～15:00
- ジュニアスクール スイミング 15:30～16:30
- ジュニアスクール スイミング 16:35～17:35
- ジュニアスクール スイミング 17:40～18:40
- 【有料イベント】ジュニアスクール スイミング 特別レッスン 18:50～19:20

レッスン代行情報

こちらの二次元コードを読み込みご確認ください