

スポーツクラブ & サウナスパ ルネサンス もりのみやキューズモール24			基本タイムスケジュール									2026年10月1日～2026年12月31日			初心者におすすめ			中級者にオススメ			有料スクール			キッズスクール		
	月 MON			水 WED			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN										
	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール								
9:00																			9:00							
9:30																			9:30							
10:00	やさしいヨガ 10:00～10:45 杉本 昇					キッズスクール スイミング 9:45～12:15 スタッフ			キッズスクール スイミング 9:45～12:15 スタッフ					RPM 10:00～10:30 森田 瀬奈	キッズスクール スイミング 9:00～18:40 スタッフ ※11:00まで ご利用いただけません	ZUMBA 9:55～10:40 みいたん	RPM 10:10～10:40 永井 佑治	キッズスクール スイミング 9:00～14:10	10:00							
10:30				Group Centergy 10:15～11:00 原田 いずみ			ストレッチ 10:25～11:10 加嶋 洋子					ヨガ 10:20～11:05 星畑 梨名								10:30						
11:00																							11:00			
11:30	ピラティス 11:05～11:50 杉本 昇		アクア 11:15～11:45 金井 蓮代							Group Centergy 11:05～11:50 東丸 ほのか		アクア 11:15～11:45 平田 智子				Group Blast 11:00～11:30 永井 佑治			11:30							
12:00				ピラティス 11:30～12:15 菊川 由美子															12:00							
12:30	Group Power 12:10～12:40 見学 大祐									Group Groove 12:05～12:50 宮本 真帆				ZUMBA 12:05～12:50 yano		RPM 12:30～13:00 手島 佑貴		EssentialPilates 11:50～12:35 大槻 明日香	12:30							
13:00																			13:00							
13:30	Group Fight 13:00～13:30 巽 さやか			ZUMBA 12:35～13:20 KANA					水中ウォーキング 13:00～13:30 松本 典昭									ヨガ 12:50～13:35 HIROMI	13:30							
14:00			水中ウォーキング 13:30～14:00 椿原 一美			アクア 13:15～14:00 甲斐 希美				Group Power 13:20～14:05 清家 恵									14:00							
14:30	Group Centergy 13:50～14:35 巽 さやか			EssentialPilates 13:35～14:20 原田 いずみ					アクア 13:45～14:15 松本 典昭									ピラティス 13:55～14:40 HIROMI	14:30							
15:00			アクア 14:15～14:45 椿原 一美			成人スクール 初級 14:10～15:10 西川 まゆみ		フローヨガ 14:25～15:10 HIROMI	RPM 14:30～15:00 清家 恵										15:00							
15:30					RPM 14:30～15:00 スタッフ														15:30							
16:00																			16:00							
16:30																			16:30							
17:00						キッズスクール スイミング 15:30～18:55 スタッフ													17:00							
17:30																			17:30							
18:00																			18:00							
18:30																			18:30							
19:00																			19:00							
19:30	ヨガ 19:00～19:45 高畠 久美子			UBOUND 19:00～19:30 加藤 万穂	RPM 19:00～19:30 スタッフ			Group Power 19:00～19:45 杉本 昇	RPM 19:00～19:30 高橋 裕介	成人スクール 中級 19:00～20:00 スタッフ		ピラティス 18:45～18:30 甲斐 希美	RPM 19:00～19:30 池田 将貴						19:30							
20:00		RPM 19:45～20:15 京谷 七彩																	20:00							
20:30	UBOUND 20:00～20:30 清水 亮太			Group Blast 19:55～20:25 加藤 万穂	RPM 19:45～20:15 下村 雅亮			Group Fight 20:00～20:45 杉本 昇	(HOTスタジオ) EssentialPilates 20:00～20:45 スタッフ			ZUMBA 19:45～20:30 ERINA	RPM 19:45～20:15 池田 将貴						20:30							
21:00		RPM 20:40～21:10 京谷 七彩																	21:00							
21:30	ZUMBA 20:45～21:30 平山 星美			Group Power 20:45～21:30 下村 雅亮								Group Fight 20:45～21:30 AI							21:30							
22:00								ヨガ 21:00～21:45 山本 智矢											22:00							
22:30																			22:30							
23:00	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	スタジオ	Rスタジオ	プール	23:00							
	月 MON			水 WED			木 THU			金 FRI			土 SAT			日 SUN										

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。



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。

