2026.12.29(TUE)

【特別営業日】プログラムスケジュール

	Studio	HOTStudio	Functional	Cycle
10		10:00-11:00 FREE TIME		
11	10:30-11:15 Essential Pilates45 久野　祐希奈			10:30-11:10 LesMILLS THE TRIP 荒川　幸太
12	11:35-12:20 CENTERGY 海野　沙織	11:30-12:10 温アロマストレッチ40 蒲　水輝		11:30-12:10 LesMILLS THE TRIP 飯嶋　拓斗
13	12:40-13:25 GROUP POWER 荒川　幸太	12:40-13:20 ホットボディメイクヨガ40 海野　沙織		12:30-13:15 LesMILLS RPM 飯嶋　拓斗
14	13:45-14:30 ZUMBA 牧野　智基	13:35-14:05 温リセットボール30 蒲　水輝		13:35-14:05 LesMILLS RPM VIRTUAL
15	14:50-15:35 GROUP groove 貝沼　祐里奈	14:25-15:05 FREE TIME		14:25-15:05 LesMILLS THE TRIP 蒲　水輝
16	15:50-16:35 GROUP fight 飯嶋　拓斗	15:30-16:10 ホットヨガ40 YURI		15:25-16:05 LesMILLS THE TRIP 渡邊　裕大
17	16:55-17:15 【暗闇WORKOUT】HEAT HIIT20 山本　舜	16:30-17:10 ホットヨガ40 YURI		16:25-17:05 LesMILLS THE TRIP 渡邊　裕大
18	17:35-18:20 GROUP POWER 永谷　雄大	17:30-18:10 温アロマストレッチ40 中山　莉胡		
19				
20				

※レッスン内容、担当インストラクターは急遽変更になる場合がございます。

※スタジオプログラムはWEBからご予約ください。

Coqūl RENAISSANCE

施設情報　名古屋市中村区名駅一丁目1-3　JRゲートタワー13・14F
TEL052-589-2919

営業時間　10:00～20:00
受付時間　10:00～18:00