

ジェクサー・リフレッシュスタジオ セレオ武蔵小金井 7月18日(月)海の日スケジュール

7月18日(月)

10:00	
10:30	10:00~11:00 ANTIGRAVITY 基礎編 Keiko
11:00	
11:30	11:20~12:20 ANTIGRAVITY 基礎編 Saki
12:00	
12:30	
13:00	12:40~13:40 ANTIGRAVITY 調整メンテナンス Keiko
13:30	
14:00	14:00~14:50 リラックスヨガ 山口隆子
14:30	
15:00	15:00~15:50 スリムフローヨガ 山口隆子
15:30	
16:00	16:00~16:50 骨盤 エクササイズ 三井かおり
16:30	
17:00	
17:30	
18:00	18:00~18:50 ホットヨガ リンパフロー 出口真知子
18:30	
19:00	
19:30	19:05~19:55 ホット ピラティス 武久あみ
20:00	
20:30	

祝日スケジュールですが通常の時間内容で実施致します。

ご利用可能会員

- 4 times会員様
- フルタイム会員様

ご予約もパソコン・携帯電話からのWEB予約も可能でございます。

フロントまたは、お電話でもご予約承ります。
お気軽にお問い合わせくださいませ。



…服装、注意事項など予めご確認ください。

ご利用可能会員

- スタジオ会員様
- ホットスタジオ会員様
- スタジオフル会員様
- ホットスタジオフル会員様
- スタジオパック会員様
- フルパック会員様
- 4 times会員様
- フルタイム会員様

※7月18日は祝日のため、
デイパック会員様はご利用頂けません