

2024年 4月号

品質一番宣言

ACTIVITY REPORT

安全安心の取り組み

- ・ケーブルマシン被膜破れ修理

清潔・快適活動の取組

- ・空調機フィルター分解洗浄清掃
- ・害虫調査防虫防除作業
- ・全体ミーティング清掃
(ジムエリア・スタジオ・ロッカー)

その他

- ・挨拶研修の実施
- ・館内マナーアップ活動
- ・新規レッスン、イベントレッスン研修
- ・スタッフ品質向上研修
- ・4/29 祝日イベント



ジェクサー・フィットネス&スパ24亀戸
4月29日(月)昭和の日
グループエクササイズ タイムスケジュール

スタジオ	スタジオB	ジム	プール
8:30			全クラスWEB予約となります。予めご予約の上ご参加ください。
9:00			※イベントクラスのみ、ご予約の必要ありません。
9:30			※イベントクラスのみ、ご予約の必要ありません。
10:00			
10:30	10:30-11:15 乗換ライン エアフィットネス 初級/中級	10:25-11:10 24式水泳 初級/中級	10:15-10:45 グループ ベントウ
11:00			10:45-11:10 グループ ベントウ
11:30	11:35-12:30 ZUMBA FEB	11:30-12:45 異業コラボ・シェンダ 「プロフェッショナル」 KJ&A(45歳以上限定)	11:20-11:50 グループ ベントウ
12:30			
13:00	12:40-13:25 グランドスラムフィット 初級/中級	12:50-13:35 LESSON JAZZ 初級/中級	13:15-13:45 グループ
13:30			
14:00	13:50-14:30 BODY PUMP 初級/中級	13:55-14:40 BODY PUMP 初級/中級	13:50-14:35 グループ KaeRU
14:30			
15:00	14:50-15:35 J-BOLING NANOON 初級/中級	15:00-15:45 LESSON JAZZ 初級/中級	
15:30			
16:00	16:00-16:45 J-POP&JAZZ 別荘員数		
16:30			
17:00	16:50-17:40 100%女性限定 ボディコンバット 初級/中級	16:50-17:45 LESSON JAZZ 初級/中級	
17:30			
18:00	17:50-18:45 BODYCOMBAT 初級/中級	18:00-18:45 ホットヨガホットクラス 初級/中級	
18:30			
19:00			

初級/中級クラス イベントクラス 専用使用クラス

Manner Up!!
Have good Jexer manners

マシン利用、インターバル中の
長時間占領禁止

周囲の方が不快に思うような行為についてはご遠慮いただきますようお願いいたします。
私たちは快適な環境を創造するためにお客さまへお声をかけさせていただいております。
スタッフの指示をお守り頂けない場合は、ご利用をお断りする場合がございます。

Jexer
FITNESS CLUB

ジェクサー・フィットネス&スパ 24 亀戸