




ジェクサー・フィットネスクラブ四谷
 2024年5月5日（日）短縮営業
 グループエクササイズ タイムスケジュール

	スタジオ	プール	ジム	★ Information ★
8:00				<p style="text-align: center;">13:15~14:15</p> <p style="text-align: center;">吉村麻美香</p>  <p style="text-align: center;">60minutes!</p> <p style="text-align: center;">通常45分レッスンを GW特別！！60分レッスンで開催！ 最終日音楽に合わせて ハッピーになっちゃいましょう♪</p>
8:30	8:20~9:20 体育スクール 【キндガー】	8:30~9:30 スイミング スクール 【ジュニア】		
9:00	ジュニア			
9:30	9:30~10:30	9:30~10:30 スイミング スクール 【ジュニア】		
10:00	体育スクール 【キндガー】			
10:30		10:30~11:30 スイミング スクール 【ジュニア】		
11:00	11:00~11:45 ピラティスプラス			
11:30	島山和江			
12:00	12:10~12:55 リラックソヨガ	12:00~12:45 スイミング スクール 【ベビー】	11:45~12:45 スイミング スクール 【成人】	
12:30	井上美保子			
13:00		12:50~13:35 スイミング スクール 【ベビー】	12:50~13:50 スイミング スクール 【成人】	
13:30	13:15~14:15  60minutes!		13:10~13:40 	
14:00	吉村麻美香	14:00~15:00 スイミング スクール 【ジュニア】	<p style="text-align: center;">17:50~18:50</p> <p style="text-align: center;">かなで×NEW INSTRUCTOR !!!</p> <p style="text-align: center;">LES MILLS BODYCOMBAT</p> <p style="text-align: center;">60minutes!</p> <p style="text-align: center;">有料</p> <p style="text-align: center;">四谷店ではなかなか見られない 〇人レッスン!? NEW INSTRUCTOR !!! と一緒に 盛り上がりましょう!!</p>	
14:30				
15:00	14:35~15:20 エアロピクスマドル	15:00~16:00 スイミング スクール 【ジュニア】		
15:30	菊川敬子			
16:00	15:35~16:35 有料スクール	16:00~17:00 スイミング スクール 【ジュニア】		
16:30				
17:00	16:50~17:35 Shapes mai			
17:30				
18:00	17:50~18:50 LES MILLS BODYCOMBAT 60minutes!			
18:30	かなで×NEW INSTRUCTOR !!!			
19:00	有料			
19:30				

詳細は別紙にて
ご確認ください