

無料トレーニングスクール “トレーニング会”実施スケジュール

2024年1月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	年始休業の為 休館	年始休業の為 休館	年始休業の為 休館	11:00 大井町 14:00 新宿		
7	8	9	10	11	12	13
	祝日の為 休講	ジムの会 イベントの為 休講	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
14	15	16	17	18	19	20
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
21	22	23	24	25	26	27
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
28	29	30	31			
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町			

2024年2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				11:00 新宿 14:00 新宿		
4	5	6	7	8	9	10
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
11	12	13	14	15	16	17
	祝日の為 休講	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
18	19	20	21	22	23	24
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
25	26	27	28	29		
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		

2024年3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
10	11	12	13	14	15	16
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
17	18	19	20	21	22	23
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	祝日の為 休講	11:00 新宿 14:00 新宿		
24	25	26	27	28	29	30
	11:00 上野 14:00 上野	11:00 大宮 14:00 浦和	11:00 大井町 14:00 大井町 15:30 大井町	11:00 新宿 14:00 新宿		
31						

※都合によりスケジュールを変更させて頂く場合がございます。

【各店休館日】

- 大宮店 : 毎週 金曜日
- 浦和店 : 毎週 金曜日
- 大井町店 : 毎月 月曜日
- 新宿店 : 毎月 金曜日
- 上野店 : 毎月 金曜日

こんな方におすすめ!

正しいフォームを身につけたい!

自分に合った運動方法を知りたい!

1人での運動は不安...

なかなか思うように続かない...

大人の元気を応援します!

大人の休日倶楽部 × JEXER 「ジムの会」

ホームページ: <http://www.jexer.jp/campaign/otona/index.html>

お問い合わせ: jimukai@jresports.co.jp

公式Facebook: <https://www.facebook.com/Jimunokai.JEXER/>

公式Instagram: https://www.instagram.com/jexer_jimunokai

今後もサービスやイベントなど「ジムの会」関連情報を配信いたします♪

