

ALL JEXER PROGRAM FESTIVAL

★ MON.10/13 IN JEXER AKABANE ★

TIME TABLE

	Studio A	Studio B	Studio C	POOL
10:00	10:00~11:00 LES MILLS BODYCOMBAT	10:15~11:15 CHOACHOA FIT GLAMUSCLE FIT	10:15~11:15 感覚統合 親子体操 (3~6歳クラス)	10:15~10:45 アクアダンス カーニバル1
11:00				10:55~11:25 アクアダンス カーニバル2
12:00	11:30~12:30 LES MILLS BODYPUMP	11:45~13:00 K-POP CHOA	11:45~12:45 感覚統合 親子体操 (6~9歳クラス)	12:00~12:30 アクアサーキット30
13:00	13:00~14:00 UBOUND			12:45~13:15 ウォーキングアクア30
14:00				13:30~14:00 アクアHIIT
15:00	14:30~15:30  ZUMBA 承認NO:34250	14:15~15:30 Dynamic Power Flow Hot Yoga 【75分】 〈レベルMAX〉	インストラクター対象 15:00~15:45 アクアビクス THEワークショップ 講義	
16:00	15:50~16:50 LES MILLS BODYATTACK	15:50~17:05 アロマテトックス リンパヨガ	16:00~17:00 アクアビクス THE ワークショップ スムーズなトランジション & レイアリング 実技	
17:00	17:10~18:10 LES MILLS BODYCOMBAT			
18:00		17:25~18:40  ZENSEE mindfulness シンギングボウル		

HOT環境プログラムはバスタオルと500ml以上の水分をお持ちください。

アクアビクスTHEワークショップはインストラクター対象となります。講義と実技をセットで受講いただきます。講義・実技はスタジオで実施いたします。AEA教育単位取得対象クラスです。

9/19(金)12:00~予約受付開始

ジェクサーWEBサービス「イベント予約」より
店舗「JR東日本スポーツ」をお選びください。



ALL JEXER PROGRAM FESTIVAL

MON.10/13 IN JEXER AKABANE

INSTRUCTOR PRICE

【税込表記】

10:00～11:00	LES MILLS BODYCOMBAT	Yachi(新宿) 藤井(川崎) 山本(大井町) 高橋(池袋)	特別席 ¥4,400(7名) 通常席 ¥2,200(46名)
11:30～12:30	LES MILLS BODYPUMP	Ruri(大塚) 久保木(新小岩) 中澤(等々力) YUTO(本社)	特別席 ¥3,300(7名) 通常席 ¥1,100(44名)
13:00～14:00	UBOUND	清水(大宮) 白井(赤羽) ANNA(横浜) MAAO(戸田公園)	特別席 ¥3,300(7名) 通常席 ¥1,650(34名)
14:30～15:30	ZUMBA	尾島 真理 毛利 智美 承認NO:34250	特別席 ¥3,300(7名) 通常席 ¥2,200(46名)
15:50～16:50	LES MILLS BODYATTACK	駒谷(赤羽) 熊谷(新川崎) 又多(亀戸) 福島(四谷)	特別席 ¥3,300(7名) 通常席 ¥2,200(46名)
17:10～18:10	LES MILLS BODYCOMBAT	SHUNSUKE(板橋) 井上(大塚) 角田(赤羽) 白川(新宿)	特別席 ¥4,400(7名) 通常席 ¥2,200(46名)
10:15～11:15	CHOACHOA FIT GLAMUSCLE FIT	Maki SHIHO	特別席 ¥2,200(5名) 通常席 ¥1,650(43名)
11:45～13:00	K-POP CHOA	Maki ゆゆ(上野)	特別席 ¥2,750(5名) 通常席 ¥2,200(43名)
14:15～15:30	Dynamic Power Flow Hot Yoga 【75分】 〈レベルMAX〉	NAO TOMOCO(上野)	特別席 ¥3,300(5名) 通常席 ¥2,200(41名)
15:50～17:05	アロマテトックス リンパヨガ	谷野 智子 二宮(港北)	通常席 ¥2,200(46名)
17:25～18:40	ZENSEE mindfulness シンギングボウル	ANNA(横浜) 出口(浦和)	通常席 ¥1,650(46名)
10:15～11:15	感覚統合 親子体操 (3～6歳クラス)	土屋 くみこ	参加費 ¥1,650(15組)
11:45～12:45	感覚統合 親子体操 (6～9歳クラス)	土屋 くみこ	参加費 ¥1,650(15組)
10:15～10:45	アクアダンスカーニバル1	葉山 亜希恵 宮之原 千晶 荻田(戸田公園)	参加費 ¥1,100(40名)
10:55～11:25	アクアダンスカーニバル2	吉田 賢一 村上 寛子 三上(東神奈川)	参加費 ¥1,100(40名)
12:00～12:30	アクアサーキット30	吉田 賢一 櫛田(戸田公園)	参加費 ¥1,100(40名)
12:45～13:15	ウォーキングアクア30	葉山 亜希恵 古泉(戸田公園) RIURU(新川崎)	参加費 ¥1,100(40名)
13:30～14:00	アクアHIIT	吉田 賢一 葉山 亜希恵 TORI(東神奈川)	参加費 ¥1,100(40名)
15:00～15:45 16:00～17:00	アクアワークショップ(講義) アクアワークショップ(実技)	吉田 賢一 葉山 亜希恵	参加費 ¥4,400(40名)

※参加費はジェクスー会員、法人会員価格です。
会員外の方は各クラス+1,100円(税込)となります。

INFORMATION

【申込と支払い方法】

- ・ジェクサーWEBアカウント内の「イベント」より「JR東日本スポーツ」をお選びいただき、該当クラスをお申込みください。
- ・会員外のお客様はお申込み時にWEBアカウント登録が必要です。

【申し込み期間】

- ・9/19(金)12:00～当日レッスン開始30分前まで
- ・お支払いはWEB決済(クレジットカード)となります。

【キャンセル期間】

- ・～10/12(日)23時55分59秒まで
- ・キャンセルは前日までにWEBよりご対応ください。

【当日】

- ・動きやすい服装とうち履きシューズをご用意ください。
- ・館内の移動はインナーシューズ、またはサンダルを着用の上、ご利用ください。
ジムエリア内の裸足でのご移動は安全管理のため、ご遠慮願います。
- ・飲食スペースは、ラウンジ、またはジュニアギャラリーのみとなります。
(スペースに限りがございます)
- ・このイベント参加についてはレンタル商品対象外となりますので
お貸出ししかねます。ご了承ください。(有料でのレンタルは可能です)
- ・レッスン開始時間45分前よりご入館が可能です。
- ・最終閉館は19時30分です。レッスン終了後は速やかなご退館のご協力をお願いいたします。
- ・スパエリア(シャワー、湯舟)はご利用可能です。※サウナはご利用いただけません

【予約方法】

WEBサービスログイン⇒イベント⇒イベント予約⇒ご同意事項確認

⇒講座コードを入力せず『次へ』⇒店舗(JR東日本スポーツ)

⇒希望イベント選択⇒立ち位置の選択⇒WEB決済⇒申込完了



WEBサービスログインはこちらから