

ジェクサー・フィットネス&スパ 新小岩

マシンピラティスタイムスケジュール 2026.5～

	月	火	水	木	金	土	日	
9:30	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">■</div> 各クラス定員4名 </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 10px;"> <div style="margin-right: 10px;">■</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">女性専用</div> 女性専用のクラスとなります。 </div>							9:30
10:00								10:00
10:30								10:30
11:00								11:00
11:30	休館日							11:30
12:00	休館日							12:00
12:30	休館日							12:30
13:00	休館日							13:00
13:30	休館日							13:30
14:00	休館日							14:00
14:30	休館日							14:30
15:00	休館日							15:00
15:30	休館日							15:30
16:00	休館日							16:00
16:30	休館日							16:30
17:00	休館日							17:00
17:30	休館日							17:30
18:00	休館日							18:00
18:30	休館日							18:30
19:00	休館日							19:00
19:30	休館日							19:30
20:00	休館日							20:00
20:30	休館日							20:30
21:00	休館日							21:00
21:30	休館日							21:30

■ 各クラス定員4名

■ 女性専用 女性専用のクラスとなります。

NEW

11:15～12:05
マシンピラティス
BASIC
yuka

NEW

13:25～14:15
マシンピラティス
BASIC
新名 孝子

女性専用

14:10～15:00
マシンピラティス
BASIC
高田早織

女性専用

10:00～10:50
マシンピラティス
BASIC
シエ

女性専用

12:40～13:30
マシンピラティス
BASIC
佐々木啓

女性専用

13:50～14:40
マシンピラティス
BASIC
佐々木啓

女性専用

18:00～18:50
マシンピラティス
BASIC
まい

19:10～20:00
マシンピラティス
BASIC
まい

女性専用

10:30～11:20
マシンピラティス
BASIC
佐々木啓

11:40～12:30
マシンピラティス
BASIC
佐々木啓

女性専用

12:00～12:50
マシンピラティス
BASIC
新名孝子

13:10～14:00
マシンピラティス
BASIC
新名孝子

女性専用

17:45～18:35
マシンピラティス
BASIC
Yuki

18:50～19:40
マシンピラティス
BASIC
Yuki