

ジェクサー・フィットネス&スパ24亀戸

8月11日(月)山の日

グループエクササイズ タイムスケジュール

スタジオ		ジム	プール
スタジオA	スタジオB		
10:00		グルトレ会員	10:00
10:30		10:15~10:45 グルトレ	10:30
11:00	10:30~11:15 美軸フェイスエクササイズ 香取知里	グルトレ会員	10:40~11:10 月替わり ベーシック
11:30		11:15~11:45 グルトレ	11:20~11:50 平泳ぎ ベーシック
12:00	11:35~12:20 LES MILLS BODYPUMP 山上奨	グルトレ会員	
12:30		12:15~12:45 グルトレ	
13:00	12:40~13:25 グラマッスルフィット 川又珠実	グルトレ会員	
13:30		13:15~13:45 グルトレ	
14:00	13:45~14:30 UBOUND. 西尾真夕	グルトレ会員	50分クラス 有料550円 13:50~14:40 ミットシェイプ KaoRU
14:30		14:15~14:45 グルトレ	
15:00	14:50~15:35 フラダンス 滝沢保世	グルトレ会員	
15:30		15:15~15:45 グルトレ	
16:00	15:55~16:40 テーマパークダンス さわちゃん	グルトレ会員	
16:30		16:15~16:45 グルトレ	
17:00	16:30~17:15 ホットヨガミドル AI	グルトレ会員	
17:30	17:15~18:15 LES MILLS BODYPUMP ジョイントレッスン 熊倉一也X稲村未彩紀	17:15~17:45 グルトレ	
18:00		17:35~18:20 ホットヨガリフレッシュ AI	
18:30			
19:00	18:35~19:05 LES MILLS BODYCOMBAT 稲村未彩紀		

営業時間8:00~20:00



初心者大歓迎クラス



イベントクラス



備品使用クラス

【申し込み開始】
○亀戸会員様：7/21(月)~
○他店舗・法人会様：7/28(月)~