



初めての 空手入門

担当 きい インストラクター

【日時】 4/29(水・祝)11:30~12:15

【定員】 12名

【場所】 スタジオC

【価格】 無料

【予約期間】 4/15(水)22:00~4/29(水・祝)11:00まで

【予約手順】

マイページ⇒イベント予約⇒同意して進む⇒講座コード未入力
⇒ジェクサー赤羽⇒「【4/29】初めての空手入門_きいIR」

※電話申込不可、WEB・アプリにてご予約をお願いいたします

【キャンセル】

レッスン前日の4/28(火)23:59までをお願いいたします

【持ち物】 動きやすい服装、靴、タオル、飲み物

4/29(水・祝)有料レッスンのご案内



LES MILLS BODYCOMBAT

白川 貴史 IR
原田 拓実 IR

4/29(水・祝)BODYCOMBAT予約場所確認表

		1		2		3	4	IR		5		6		7		8				
	9		10		11		12		13		14		15		16		17		18	
19		20		21		22		23		24		25		26		27		28		29
	30		31		32		33		34		35		36		37		38		39	
	40		41		42		43				44		45		46		47			
	48		49		50		51					52		53		54		55		

VIP 3,300円(税込)
 S 2,200円(税込)
 A 1,650円(税込)
 B 1,100円(税込)

【日時】 4/29(水・祝)17:50~18:50

【場所】 スタジオA ※レッスン開始10分前より入場可能

【価格】 VIP席:3,300円(税込) S席:2,200円(税込)
A席:1,650円(税込) B席:1,100円(税込)

【支払方法】 WEB決済のみ ※クレジット決済のみ

【予約期間】 4/15(水)22:30~4/29(水祝)17:20まで

【ご予約手順】

マイページ⇒イベント予約⇒同意して進む⇒講座コード未入力
⇒ジェクサー赤羽⇒「【4/29】BODYCOMBAT_白川×原田IR」
⇒ご希望の座席番号をお選びください。

※電話申込不可。WEB・アプリにてご予約をお願いいたします。

※お支払い方法はWEB上からクレジットカードでのお支払いに限ります。

【キャンセル】

※キャンセルはレッスン前日の4/28(火)23:59までをお願いいたします。

※キャンセル期限を過ぎてからの返金はいたしかねます。

はじめての 大人バレエ



- 日時** 5/5 (火)16:10-17:30
場所 スタジオC ※開始10分前より入場できます
定員 10名 ※定員になり次第、申込終了
価格 2,640円(税込)
支払 WEB決済のみ ※クレジット決済のみ
予約 4/21(火)22:00～レッスン開始30分前まで

※電話申込不可、WEB・アプリにてご予約をお願いいたします
※お支払い方法はWEB上からクレジットカードでのお支払いに限ります

キャンセル レッスン前日の5/4(月)23:59まで
※期限を過ぎてからの返金はいたしかねます



持ち物

バレエシューズ(お持ちの方)
靴下 タオル 飲み物
動きやすい服装



担当：山上莉穂

5 / 5 (火・祝)有料レッスンのご案内

LES MILLS BODY PUMP

家城 和大 IR
山上 奨 IR



5 / 5 (火・祝)BODY PUMP予約場所確認表

		1		2		3		4	IR			5		6		7		8		
	9		10		11		12		13		14		15		16		17		18	
19		20		21		22		23		24		25		26		27		28		29
	30		31		32		33		34		35		36		37		38		39	
		40		41		42		43			44		45		46		47			
	48		49		50		51				52		53		54		55			

S ...1,320円(税込) **A** ...1,100円(税込) **B** ...880円(税込)

【日時】5/5(火・祝)15:45~16:45

【場所】スタジオA

【価格】S席:1,320円(税込) A席:1,100円(税込) B席:880円(税込)

【支払方法】WEB決済のみ

【予約期間】4/21(火)22:00~5/5(火・祝)15:15まで

【ご予約手順】

マイページ⇒イベント予約⇒同意して進む⇒講座コード未入力

⇒ジェクサー赤羽⇒「【5/5】BODY PUMP_家城×山上」

⇒ご希望の座席番号をお選びください

※電話申込不可、WEB・アプリにてご予約をお願いいたします

※お支払い方法はWEB上からクレジットカードでのお支払いに限ります

【キャンセル】

※レッスン前日の5/4(月)23:59までをお願いいたします

※期限を過ぎてからの返金はいたしかねます

LES MILLS Shapes

テック15分



✨ スライダー (滑らせるツール) を使用します ✨



- ✓ 床に置いて、手や足で滑らせるディスク型ツール!
- ✓ お尻・内もも・体幹を中心に効かせるトレーニング
- ✓ バランスUP & くびれ・ヒップラインの引き締め効果的!
- 📖 初めての方でも安心! 丁寧に説明しながら進めます

日時 5/6(水・祝)15:25～16:25

場所 スタジオC ※開始10分前より入場できます

定員 20名 ※定員になり次第、申込終了

価格 550円(税込)

支払 WEB決済のみ ※クレジット決済のみ

予約 4/22(水)22:00～レッスン開始30分前まで

※電話申込不可、WEB・アプリにてご予約をお願いいたします

※お支払い方法はWEB上からクレジットカードでのお支払いに限ります

キャンセル レッスン前日の5/5(火)23:59まで

※期限を過ぎてからの返金はいたしかねます



担当：駒谷 亜美

5/6(水・祝)祝日特別プログラム

ヨガブロックケア

渋谷 輝幸IR



5/6(水)ヨガブロックケア座席確認表

インストラクター

1	2	3				4	5	6			
7	8	9	10	11		12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30		31	32			33	34	35	

【日時】 5/6(水)16:50~17:50

【場所】 スタジオC

【定員】 35名

【価格】 無料

【持ち物】 動きやすい服装、タオル、飲み物、メモをご希望の方筆記用具

【予約期間】 4/22(水)22:00~5/6(水)16:20まで

【予約手順】

マイページ⇒イベント予約⇒同意して進む⇒講座コード未入力

⇒ジェクサー赤羽⇒「【5/6】ブロックケアヨガ_渋谷IR」

⇒ご希望の座席番号をお選びください

※電話申込不可、WEB・アプリにてご予約をお願いいたします

【キャンセル】

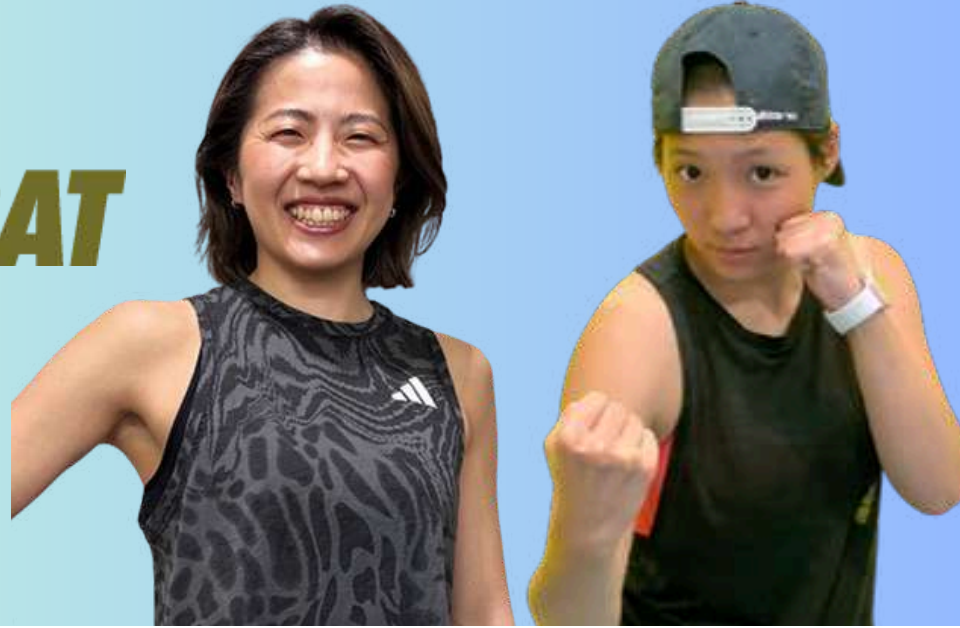
レッスン前日の5/5(火)23:59までをお願いいたします

5/6(水・祝)有料レッスンのご案内

LES MILLS BODYCOMBAT

Kaho IR

角田 優美 IR



5/6(水・祝)BODYCOMBAT予約場所確認表

		1		2		3		4	IR		5		6		7		8		
	9		10		11		12		13		14		15		16		17		18
19		20		21		22		23		24		25		26		27		28	29
	30		31		32		33		34		35		36		37		38		39
		40		41		42		43			44		45		46		47		
	48		49		50		51				52		53		54		55		

S …2,200円(税込) **A** …1,100円(税込)

【日時】 5/6(水・祝)16:30~17:30

【場所】 スタジオA

【価格】 S席:2,200円(税込) A席:1,100円(税込)

【支払方法】 WEB決済のみ

【予約期間】 4/22(水)22:30~5/6(水・祝)16:00まで

【ご予約手順】

マイページ⇒イベント予約⇒同意して進む⇒講座コード未入力

⇒ジェクサー赤羽⇒「【5/6】BODYCOMBAT_Kaho×角田」

⇒ご希望の座席番号をお選びください

※電話申込不可、WEB・アプリにてご予約をお願いいたします

※お支払い方法はWEB上からクレジットカードでのお支払いに限ります

【キャンセル】

※レッスン前日の5/5(火)23:59までをお願いいたします

※期限を過ぎてからの返金はいたしかねます