

ジェクサー・フィットネス&スパ24亀戸

2月23日(月) 天皇誕生日

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			
8:30				8:30
9:00				9:00
9:30				9:30
10:00	9:40~10:10 チューニングボール体験会 有田巨希			10:00
10:30				10:30
11:00	10:30~11:15 LES MILLS BODYPUMP 遠藤光国	10:40~11:25 24式太極拳 小松ゆき子	10:40~11:10 月替わりベーシック	11:00
11:30		11:15~11:45 グルトレ	11:20~11:50 バタフライベーシック	11:30
12:00	11:35~12:20 LES MILLS Shapes 遠藤光国	11:45~12:30 背骨コンディショニング 小松ゆき子		12:00
12:30		12:15~12:45 グルトレ		12:30
13:00	12:40~13:25 グラマッスルフィット 川又珠実			13:00
13:30				13:30
14:00	13:45~14:30 テーマパークダンス 別府且哉			14:00
14:30				14:30
15:00	14:50~15:35 フラダンス 滝沢保世			15:00
15:30				15:30
16:00	有料レッスン 16:00~17:00 LES MILLS DANCE Yui・MOMIKI・まい			16:00
16:30				16:30
17:00	有料レッスン 17:20~18:20 LES MILLS BODYCOMBAT 熊倉・HIBI・KAORU			17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00

祝日特別イベントです！
詳細は別途POPにてご案内
いたします。

有料¥550
13:50~14:35
アクアヌードル
KaoRU

昇温途中の
クラスです。

LES MILLS DANCE、BODYCOMBAT
ご予約方法(スタジオA)

WEBサービス「イベント」より
ご予約となります。
ご予約は2/9(月)19:00からとなります。
詳細は別途POPにてご案内いたします。

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