

# ジエクサー・フィットネス&スパ板橋

2022年11月23日（水） 勤労感謝の日

	A STUDIO	B STUDIO
10:00		
10:30	定員50名	定員40名
11:00	10:30~11:00 <b>CORE</b> KITAJIMA	10:30~11:15 HOTYOGA 骨盤調整45 尾島真理
11:30	定員40名	
12:00	11:30~12:15 SALSATION®demo NOBU	定員40名
12:30	定員50名	11:45~12:30 HOTピラティス45 コアを整える mami
13:00	12:45~13:30 <b>Wow! HIP</b> KITAJIMA	定員40名
13:30	定員40名	13:00~13:45 HOTYOGA ビギナー45 NAO
14:00	14:00~14:45 <b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> ISHIDA	定員40名
14:30		14:15~15:00 HOT美軸 ラインストレッチ45 渡辺 美佐子
15:00	定員50名	
15:30	15:15~16:00 Sintex®~Tone~ 井上トキ子	定員40名
16:00	定員40名	15:30~16:30 HOTYOGAデトックス60 Tomoko
16:30	16:20~17:05 <b>MEGADANZ</b> RADICAL FITNESS KUMI	
17:00		
17:30	¥ 定員30名	
18:00	17:25~18:10 <b>オリジナルダンス</b> ※法人会員さま/ジムの会員さまは対象外 KUMI	
	☐ ……備品使用プログラム	★ ……イベントプログラム

17:25~18:10

## オリジナルダンス 担当：KUMI

音楽チャートからのHOPな音楽に合わせて  
シンプルで楽しい振り付けを踊るLessonです。  
let's join us 🎵

- 【予約受付】  
11/9（水）0:00~当日30分前まで
- 【入金方法】  
フロントにて当日30分前までにご入金ください
- 【料金】 1,650円（税込）
- 【定員】 30名
- 【予約方法】  
WEBサービス「イベント」よりお申込み下さい  
詳細は館内掲示及びHPをご確認下さい  
※通常の枠数とは別に予約を取れます  
※座席番号は板橋HP祝日プログラムスケジュール内の「Aスタジオイベント座席確認表」よりご確認ください。  
※スタッフ対応時間外の為、法人会員さま、ジムの会会員様はご参加いただけません。  
※スーパーマスター会員様もご参加にあたり、事前にIC登録が必要となります。

全クラスWEB予約対象