

8/11 (TUE) 山の日

Groupexercise Timeschedule

	Standard Studio	Volcano Studio	
9:30			9:30
10:00	9:55~10:40 ピラティス45		10:00
10:30	田中深雪	10:15~11:00 Volcano Yoga ビギナー45 高岩加奈子	10:30
11:00	11:00~11:45  ZUMBA Chie		11:00
11:30		11:20~12:05 Volcano Yoga 骨盤調整45 高岩加奈子	11:30
12:00			12:00
12:30	12:10~12:55  UBOUND TAKEMI	無料45分イベント 12:25~13:10 Volcano Yogaオリジナル45 ~夏バテの身体をリフレッシュ~ keiko	12:30
13:00	無料60分イベント 13:20~14:20 LES MILLS BODYBALANCE ストレNGTH テック15分付き ERIKO		13:00
13:30		13:30~14:15 Volcano Yoga デトックス45 ANNA	13:30
14:00		14:30~15:05 サウンドバス30 ANNA	14:00
14:30		15:25~16:10 WOW! HIP しんい	14:30
15:00	14:45~15:30 LES MILLS BODYPUMP 桃乃		15:00
15:30	有料60分イベント 15:50~16:50 LES MILLS BODYCOMBAT 桃乃		15:30
16:00		16:30~17:15 Volcano Yoga ビギナー45 菅野有希	16:00
16:30			16:30
17:00			17:00
17:30			17:30

有料イベント

15:50~16:50
LES MILLS
BODYCOMBAT
桃乃

ジェクサー横浜店での
初めての祝日レッスン！
いつもご参加の方から
普段お会い出来ない方まで
たくさんのご参加
お待ちしております。



無料イベント

12:25~13:10

Volcano Yoga
オリジナル45
~夏バテの身体をリフレッシュ~
keiko

股関節周りを丁寧に動かし
身体の巡りを促し、陰ヨガで
心身ともにリラックス♪



13:20~14:20
LES MILLS
BODYBALANCE
ストレNGTH
テック15分付き
ERIKO

しなやかで力強い45分
+15分のテック付き！
フォームの確認をしてから
45分のクラスを行います。
心地よい時間を皆さんで
過ごしましょう！



ピックアップクラス

14:35~15:05

 サウンドバス30
ANNA

『生演奏』+『ストレッチ』
生演奏で提供する
シンキングボウルの倍音と
振動の深い響きの中で
重力に身を委ねるストレッチを
行います。究極の休息体験。

<BODYCOMBAT有料イベント予約について>

7/25(土)19:30~当日イベント開始30分前まで

WEBサービス→ログイン→イベント→イベント予約→同意して次へ進む
→店舗『ジェクサー横浜』を選択→ご希望クラスを座席も指定して選択→WEB決済
※座席に関しては別紙をご確認ください。

<キャンセルについて>

各イベントの前日23:59までに、イベントよりキャンセルをお願いいたします。

期間内のキャンセルは、WEB上にて返金されます。

※キャンセル期限を過ぎてのイベント予約も可能ですが、返金はされません。ご了承ください。

【法人会員様】

スタッフ対応時間(10:00~19:00)以外のセルフタイム時間に
チェックイン・アウトされるお客様は決済済みの入館QRコードをご用意ください。

【ジムの会デイトタイム会員様】

時間外施設料金1,650円(税込)でスタッフ対応時間内(10:00~19:00)のご利用が可能となります。