

ジェクサー・フィットネス&スパ新川崎

9月22日(火) 国民の休日

グループエクササイズ タイムスケジュール

Studio Volcano	Studio Natural	ジムエリア	プール【3コース】	プール【4コース】
営業時間 8:00~20:00				
	9:10~9:55 LES MILLS BODYBALANCE UMEDA	青色枠は通常と比べ、時間・担当者・レッスン内容もしくは、いずれかが異なります。ご確認の上、ご予約下さい。 (※通常Web予約となります。) 黄色枠は有料イベントレッスンとなります。 Webサービス→イベント予約よりご予約ください。 (※イベント予約となります。 詳細は下記をご確認ください。)		
	10:15~11:05 A-FIT BOX Aya			
10:25~11:10 VolcanoYoga リフレッシュ NATSUKI				
	11:05~11:35 水中ウォーキング30 YAMAMOTO			
11:30~12:15 VolcanoYoga デトックス NATSUKI	11:25~12:10 LES MILLS Shapes UMEDA	10:45~11:15 マンツーマンサポート	11:45~12:15 マンツーマンサポート	10:30~11:15 ベビー スイミング 2コース使用
			11:45~12:15 アクア30 KUMAGAI	
12:40~13:25 Wow! HIP UMEDA	12:30~13:15 エアロビクス ミドル 佐藤陽子	12:45~13:15 マンツーマンサポート	12:25~12:55 ミッドシェイプ YAMAMOTO	
	有料イベント550円(税込) 13:35~14:35 ★ステップミドル60★ 60min 佐藤陽子			13:30~14:30 成人スクール
13:45~14:30 HOTストレッチ 山路さなえ		13:45~14:15 マンツーマンサポート		
14:50~15:35 HOTピラティス 山路さなえ	14:55~15:40 LES MILLS BODYATTACK NAOKI	14:45~15:15 マンツーマンサポート	★ステップミドル60★ ステップライトはできるけど、もう少しステップアップしてみたい!と思っていらっしゃる方や、もう少しいろいろなバリエーションを楽しんでみたい方、是非ご参加をお待ちしております!60分でしっかりゆっくり丁寧に進めていきます! ※参加資格、ステップライトに5回以上参加したことのある方 【申込開始】 9月8日(火) 12:00~ 	
16:00~18:20 岩盤 Free Time	16:10~17:10 ジュニア 体育スクール	15:45~16:15 マンツーマンサポート		
		16:45~17:15 マンツーマンサポート		
	17:20~18:20 ジュニア 体育スクール	17:45~18:15 マンツーマンサポート		15:30~19:30 ジュニア スイミング スクール 4コース使用
【有料レッスン予約開始日】 9月8日(火) 12:00~レッスン当日30分前まで Web予約開始 受講場所を選択 Web決済となります。 【キャンセル】 キャンセルは前日までとなります。 当日キャンセルのご返金は致しかねます。 予めご了承ください。 【諸注意】 ジェクサー会員様・ジェクサー法人会員様のみの申し込みとなります。 ご了承ください。 他店舗利用料 (1,650円(税込)) ・法人利用料は別途お支払いが必要となります。				