


# ジェクサー・フィットネス&スパ新川崎

## 5月6日(水) 振替休日

### 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】
8:00	営業時間 8:00~20:00				
9:00					
9:30	9:25~10:10 のびのび ストレッチ ~Warm~ 山路さなえ	9:15~10:00 <b>LES MILLS</b> <b>Shapes</b> MIKAMI			
10:00					
10:30	10:30~11:15 コアピラティス ~Warm~ 山路さなえ	10:20~11:05 <b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> MIKAMI	10:45~11:15 マンツーマンサポート	11:00~11:30 クロールベーシック	
11:00					
11:30	11:35~12:20 VolcanoYogaコリオ AKANE	11:25~12:10 <b>K-POP</b> <b>CHOA</b> Mai*Mai	11:45~12:15 マンツーマンサポート		11:45~12:45 成人スクール 初・中級12名 上級12名
12:00					
12:30	12:40~13:25 骨盤調整 ~Warm~ 大石修子	12:30~13:15 <b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> CHIHARU	12:45~13:15 マンツーマンサポート	13:00~13:45 アクアベーシック 石綿由美	
13:00					
13:30	13:45~14:30 けいらくストレッチ ~Warm~ 中村勝美	13:35~14:20 フラダンス 重岡ちあき	13:45~14:15 マンツーマンサポート		
14:00					
14:30	14:50~15:35 <b>Wow! HIP</b> AKANE	14:45~15:30 エアロピクスライト 中村勝美	14:45~15:15 マンツーマンサポート	<b>LES MILLS</b> <b>BODYBALANCE</b> 中々ない、BODYBALANCEの ジョイントレッスン♪ 壮大な音楽の中で心身ともに リフレッシュしませんか?  【予約開始日】 4月22日(水) 12:00~	14:30~15:30 ジュニア スイミング スクール 2コース使用
15:00					
15:30		有料イベント 550円(税込) 15:50~16:35 <b>LES MILLS</b> <b>BODYBALANCE</b> 奥山妙子×NATSUKI	15:45~16:15 マンツーマンサポート		15:30~16:30 ジュニア スイミング スクール 4コース使用
16:00	16:00~17:50 岩盤 Free Time	有料イベント 550円(税込) 16:55~17:55 <b>LES MILLS</b> <b>BODYSTEP</b> 60min 奥山妙子	16:45~17:15 マンツーマンサポート		16:30~17:30 ジュニア スイミング スクール 4コース使用
16:30					
17:00					
17:30					
18:00	18:15~19:00 VolcanoYoga リフレッシュ 鈴木一平	18:15~19:00 <b>ZUMBA</b> 和田節子	17:45~18:15 マンツーマンサポート		17:30~18:30 ジュニア スイミング スクール 4コース使用
18:30					
19:00					
19:30					

**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。)

【有料レッスン予約開始日】 4月22日(水) 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。