

Jexer Fitness&Spa24 Yokohama
12/27 (SAT) 年末特別プログラム

Groupexercise Timeschedule

Standard Studio	Volcano Studio	無料108回イベント
9:00 9:00~9:50 協栄シェイプボクシング	8:30~9:15 Volcano Yoga ビギナー45 成田瑞穂	
9:30 MIWA	9:35~10:20 Volcano Yoga 骨盤調整45 内藤美砂	10:00
10:00 10:15~11:00 エアロピックスコンボ I	10:40~11:25 Volcano Yoga リンパフロー45 内藤美砂	10:30
10:30 中島美紀	11:45~12:30 Volcano Yoga デトックス45 ERIKO	11:00
11:00 11:20~12:05 LesMills BODYSTEP 太田創士	12:50~13:35 Wow!HIP HINAKO	11:30
11:30 LesMills DANCE MISAKI	13:55~14:40 Volcano Yoga ビギナー45 尾島真理	12:00
12:00 12:25~13:10 LesMills BODYBALANCE ERIKO	15:00~15:45 Volcano Yoga リフレッシュ45 MISAKI	12:30
12:30 13:25~14:10 LesMills BODYBALANCE ERIKO	16:15~16:45 HOTストレッチ HINAKO	13:00
13:00 14:25~15:10 UBOUND Halchael	17:30~19:00 みんなで力を合わせてチャレンジ 今までにない達成感を味わおう！ 太陽礼拝 ～108本チャレンジ～ ※自由参加クラス ERIKO・ANNA	13:30
13:30 15:25~16:10 ZUMBA 尾島真理		14:00
14:00 16:25~17:10 LesMills BODYCOMBAT ERIKO		14:30
14:30 17:30~18:00 LesMills GRIT ～週替わり～ 小島一球		15:00
15:00 18:00 18:30 19:00 代行情報参照		15:30
		16:00
		16:30
		17:00
		17:30

予約不要
出入り自由!!

【法人会員様】

2/18(火)よりQR会員証でのご入館となります。スタッフ対応時間(10:00~19:00)以外のセルフトай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。