

Jexer Fitness&Spa24 Yokohama
12/28 (SUN) 年末特別プログラム

Groupexercise Timeschedule

Standard Studio		Volcano Studio	9:00	無料108回イベント
9:00	9:00~9:45		9:00	
9:30	ベリーダンス ビリー		9:30	9:50~10:35
10:00	10:00~10:45	無料108回イベント 9:50~10:35	10:00	 TAKEMI
10:30	 ZUMBA Corin	Wow! HIP TAKEMI	10:30	今年の終わりに 煩惱、脂肪を 取り払って素晴らしい 新年を迎えましょう！
11:00	11:00~11:45	11:00~11:45	11:00	一緒にスクワット 108回にチャレンジ しませんか？
11:30	LES MILLS BODYPUMP 中村 大介	Volcano Yoga リフレッシュ45 ANNA	11:30	2025年のトレーニング 納めに最適です!!
12:00	12:00~12:45	12:00~12:45	12:00	
12:30	LES MILLS BODYATTACK HINAKO	HOT FREE ご予約なしで利用可能です	12:30	
13:00	13:05~13:50		13:00	
13:30	 ANNA	13:15~14:00 Volcano Yoga リンパフロー45 鈴木瑞子	13:30	
14:00	14:05~14:50		14:00	
14:30	LES MILLS BODYCOMBAT Halchael	14:15~15:00 Volcano Yoga ビギナー45 CHE	14:30	 ZENSEE mindfulness 禅×Yoga ～シンギングボウル～
15:00			15:00	ANNA
15:30	15:10~15:40 LES MILLS BODYCOMBAT Halchael	15:20~16:05 Volcano Yoga デトックス45 CHIE	15:30	普段の50分クラスで 1曲減らして その分シンギング ボウルを108回 奏ります。 深いリラックスと共に 煩惱を取り除き ましょう！
16:00	16:00~16:45 LES MILLS BODYSTEP 青柳紀映	16:25~17:10 Volcano Yoga 骨盤調整45 糟谷敦	16:00	2025年の最後は シンギングボウルで リラックスして 締めましょう！
16:30			16:30	
17:00			17:00	
17:30		無料108回イベント 17:30~18:20	17:30	
18:00	18:00~19:30	 ZENSEE mindfulness 禅×Yoga ～シンギングボウル～	18:00	
18:30	ダンスフェスティバル 短期教室	ANNA	18:30	
19:00			19:00	

【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。