ジェクサー高輪大幅アップデート

この秋、もっと通いやすく、もっと快適に。

UPDATE 01

時間をもっと自由に

11月以降の営業時間

月〜木 7:00-23:00

土 8:00-21:00 に拡大！

UPDATE 02

場所をもっと自由に

ジェクサー高輪にご入会いただくと、11月以降「ジェクサー・フィットネスクラブ/&スパ」「ジェクサー・ライトジム/&スパ」「THE JEXER TOKYO Annex」「Fitness Lounge JEXER 東京ベイ海浜幕張」など、全31店舗をご利用いただけます。



STUDIO



UPDATE 03

スタジオがもっと楽しく

BODYCOMBAT、ZUMBA、ラテンダンス等のアクティブ系プログラムから、HOTYOGAとバラエティに富んだヨガやピラティス等のプログラムをラインナップ！

週間77本！

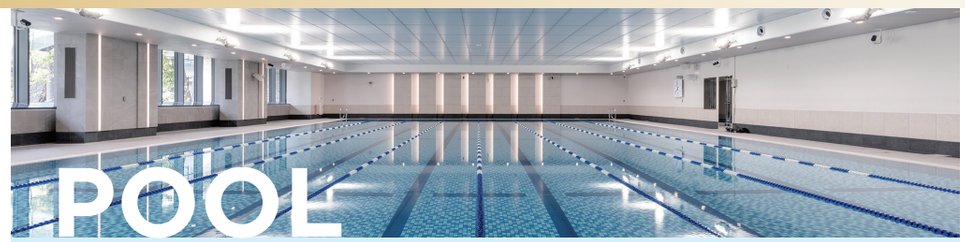
毎月新プログラムを導入中！

BODYPUMP・UBOUND・RITMOS 新導入！

スタジオプログラム例

（2026年11月〜）

	MON	TUE	WED	THU	SAT	SUN
☀	●サウンドバス〜クリスタルボウル〜 ●筋膜リリースヨガ ●ハタヨガベーシック	●サウンドバス〜クリスタルボウル〜 ●美姿勢ピラティス ●フラダンス	●サウンドバス〜クリスタルボウル〜 ●ダンスエアロ ●ZUMBA	●サウンドバス〜クリスタルボウル〜 STUDIO A ●全身パーフェクトリンパ経絡ホットヨガ HOT ●顔痩せアンチエイジング潤い美顔ヨガ	●UBOUND ●BODYPUMP ●BODY COMBAT	●ボディケア ●美軸ストレッチ
☀	●リリース&ピラティス ●美軸ストレッチ ●リセットコンディショニング	●BODY COMBAT NEW ●BODYPUMP NEW ●ZUMBA	●UBOUND ●背骨コンディショニング ●RITMOS NEW	●HOTハタヨガフロー〜内側から整える身体づくり〜 ●HOTアロマデトックスリンパヨガ ●フラダンス ●WOW! HIP	●スリムフローヨガ〜Warm〜 ●RITMOS ●HOTYOGAリフレッシュ	●UBOUND ●シェイプアップエアロ ●骨盤エクササイズ
☾	●BODY COMBAT ●BODYPUMP NEW	●BODYPUMP NEW ●BODYCOMBAT ●UBOUND NEW ●サウンドバスヨガ	●サウンドフローヨガ〜ヨガ×瞑想〜 ●ルーシーダットン ●BODYPUMP NEW	●シェイプアップエアロ ●HOTYOGAデトックス NEW ●HOTYOGAリフレッシュ NEW STUDIO B	●サウンドバスWarm〜クリスタルボウル〜 ●リフレッシュヨガ〜リリース&リセット〜	●BODY COMBAT NEW ●GRIT NEW



POOL

山手線圏内 最大級

25m×8レーン

屋内温水プール

水深：1.2m、水温：通年約31℃/採暖室あり

あらゆるニーズに対応したコース

初級・中級・上級の泳力別コースに加え、フリーコースやウォーキングコースを設け、幅広いレベルに対応します。トライアスロンスクールやパーソナルレッスンなど多彩な水泳プログラムを展開し、ジュニアスクールも開校。日常利用から泳力向上まで幅広く活用できます。



充実のプールサービス



アクアビクス 週5本

プールの中で音楽に合わせて行う有酸素運動。関節にかかる負担が少なく、安心して運動に取り組むことが可能です。



成人スイミングスクール

水泳技術の向上はもちろん、体力向上、健康維持に。

（別途有料）



こんな楽しみ方がおすすめ

運動不足が気になる日に ▶ 水中ウォーキング

しっかり汗をかきたい日に ▶ スイミング

気分転換したい日に ▶ プールプログラム

ゆっくり整えたい日に ▶ SPAと組み合わせる！

開放的な空間で
〝非日常のひととき〟と
〝水に身をゆだねる
贅沢な時間〟を
お楽しみください。



SPA

女性スパ 動いて、温まって、休んで、整える。

汗を流すだけじゃない、ジェクサーのスパタイム。
運動後の「きれいを整える時間」を
心地よくサポートします。



1 まずは、ジェットバスと人工炭酸泉でひと息。

2 スチームサウナで、じっくりリフレッシュ。

3 休憩スペースで、何もしない贅沢。

4 最後は、セルフメンテナンス。



男性スパ&サウナも充実の設備

ドライサウナ、休憩スペース、ジェットバス、人工炭酸泉

ジェクサー高輪の公式インスタグラムで
スチームサウナのすすめ配信中！

OTHER

ジム Technogym社製マシン完備。
AI導入マシンによる個別最適化トレーニング。

UPDATE 04

マシン増設





エステ

フィットネスとエステサロンの相乗効果で『美』と『健康』をサポートいたします。

※別途料金が発生いたします。

PRICE

入会金：23,100円(税込)

レギュラーメンバー

営業時間内いつでも利用可能
(ゴルフ・クロスフィット除く全エリア)

月会費 23,100円 (税込)

レギュラーメンバー(1年)

営業時間内いつでも利用可能
(ゴルフ・クロスフィット除く全エリア)
12ヶ月の在籍条件あり(※)

月会費 19,800円 (税込)

※12ヶ月未満でご退会の場合はレギュラーメンバーとの差額分＋解約料11,000円(不課税)が必要となります。

THE JEXER TAKANAWA

東京都港区高輪2丁目22番1号 THE LINKPILLAR 2　1階・地下1階

営業時間：月〜木曜7:00〜22:30
土日祝日8:00〜20:00
最終受付時間：閉館時間30分前まで
休館日：毎週金曜日、年末年始　等

詳しくはHPへ

ジェクサー高輪

お問い合わせはメールにて承っております。

※掲載情報は2026年10月現在のものです。最新情報・詳細はジェクサー高輪公式ホームページをご確認ください。