

THE JEXER TAKANAWA スタジオタイムスケジュール 4月

	Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Saturday		Sunday	
	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB
7:00												
7:30	サウンドバス		サウンドバス		サウンドバス		サウンドバス					
8:00	音声のみ		音声のみ		音声のみ		音声のみ					
8:30												
9:00												
9:30												
10:00	YOGA		ピラティス								開館系	
10:30							HOTYOGA			マシンピラティス		
11:00					サウンドバス				サウンドバス		開館中	
11:30	YOGA	マシンピラティス	YOGA				HOTYOGA					
12:00					YOGA						サウンドバス	
12:30	ピラティス		カーディオクラス				サウンドバス		格闘技系		音声のみ	
13:00					サウンドバス		サウンドバス				サウンドバス	
13:30	姿勢改善		ボディシェイプ		音声のみ		音声のみ				音声のみ	
14:00					姿勢改善		HOTYOGA			YOGA	カーディオ	
14:30	開館系		姿勢改善					マシンピラティス				
15:00					ボディシェイプ		HOTYOGA			HOTYOGA	姿勢改善	
15:30												
16:00										HOTYOGA	開館中	
16:30	サウンドバス		サウンドバス		サウンドバス		サウンドバス					
17:00									サウンドバス	音声のみ	サウンドバス	
17:30									YOGA		音声のみ	
18:00												
18:30												
19:00			ボディシェイプ									
19:30	格闘技系	マシンピラティス			YOGA		ボディシェイプ					
20:00			格闘技系									
20:30	ピラティス				開館中							
21:00			サウンドバス				ピラティス					
21:30	サウンドバス				サウンドバス							
22:00	音声のみ				音声のみ							

※ タイムスケジュールは、変更となる場合がございます。