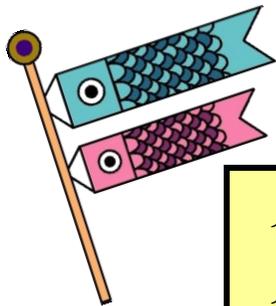


# ジェクサー・リフレッシュスタジオsopra西川口 GW祝日タイムスケジュール



5月3日(水)  
憲法記念日

5月4日(木)  
みどりの日

5月5日(金)  
こどもの日

10:00			
10:30	10:00~10:50 リラックスヨガ 榊原美幸	10:00~11:00 ホットヨガ リフレッシュ 町田裕美子	10:00~10:50 引き締めボディ <ピラティス> 富山和江
11:00			
11:30	11:00~11:50 むくみたるみ予防 <モナリザ> 長谷川由里恵	11:30~12:30 ホットヨガ 骨盤調整 佐藤亮子	11:00~11:50 スリムフローヨガ 定塚陽子
12:00			
12:30			
13:00			
13:30		13:00~14:00 ホットヨガ デトックス 天間久美子	
14:00			
14:30	14:00~15:00 ホットヨガ デトックス 小野紀子		14:00~15:00 ホットヨガ リフレッシュ Shige
15:00		14:30~15:30 ホットヨガ オリジナル 川島麻里奈 😊	
15:30	15:20~16:20 ホットヨガ リフレッシュ 小野紀子		15:20~16:20 ホットヨガ 骨盤調整 佐藤亮子
16:00		16:00~17:00 ホットヨガ リフレッシュ 小内実央 😊	
16:30			
17:00			16:40~17:40 ホットヨガ デトックス 金子美美 😊
17:30	17:00~18:00 骨格メイク Re:style セツコ 😊	17:30~18:30 ホットヨガ 骨盤調整 松成広子	
18:00			
18:30	18:15~19:15 リラックスヨガ 山口隆子 😊		18:00~19:00 ホットピラティス 武久あみ 😊
19:00			
19:30	😊が付いているクラスは、どの会員種別の方でも ご予約や振替なく、無料でご参加いただけます。 (SOMETIMES会員様は除きます)		
20:00			
20:30			

営業時間は9:30~20:30となります。お間違えのないようお願い致します。