

Main schedule table for Monday-Thursday, organized by studio (studioA, studioB, studio CHAIN) and time slots (7:30-8:00, 8:00-8:30, etc.).

ジェクサー・フィットネス&スパ川崎24グループエクササイズタイムスケジュール(土~日)

Main schedule table for Friday-Sunday, organized by studio (studioA, studioB, studio CHAIN) and time slots (7:30-8:00, 8:00-8:30, etc.).

【プログラムご参加について】

- プログラムは全てWEB予約制となります。
• マークが付いているプログラムは予約不要です。
• お一人さま4枠まで、同時に予約が可能。
• 予約したプログラムが終了後、次の予約が可能。
• 予約のキャンセルについては、プログラム開始15分前までに、WEB上でご自身でキャンセル登録が必要となります。
• プログラム予約時に場所の指定も可能です。
• すべてのプログラム開始後のスタジオ・プール入場(プログラムへの参加)はお断りさせていただきます。
• ジュニアスイミング開講中、最大3コース使用させていただきます。
尚、ジュニアスイミング開講中は、ウォーキングコースと遊泳コースは、各1コースずつさせていただきます。

【週替わりレッスンスケジュール】

Table showing weekly lesson schedules for GRIT and studio CHAIN across months (10月, 11月, 12月) with program types like CARDIO, ATHLETIC, STRENGTH.

【スタジオ定員人数】

Table listing studio capacities: studio A (30名), studio B (45名), studio CHAIN (35名), and Pool (45名).

【プログラムWEB予約】

レッスン終了10分後に4週間後の同クラス予約開始

Informational section including icons for '初級者プログラム' (Beginner Program), 'HOT プログラム' (HOT Program), and 'HOT Free Time', along with descriptive text for each.