

【12.27更新】 ジェクサー・フィットネス&スパ24川崎グループエクササイズタイムスケジュール(月~木) 2026年2月~											
月曜日				火曜日							
スタジオ	studioA	studio CHAN	ジム	LC GYM	プール	スタジオ	studioA	studio CHAN	ジム	LC GYM	プール
730	9:30~9:45 BODYCOMBAT					730~8:30 DANCE ○	730~8:30 BODYCOMBAT				
800						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
830	8:15~8:45 BODYCOMBAT					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
900						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
930						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1000						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1030	10:00~10:45 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1100	11:15~11:45 KARATE					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1130	11:20~11:45 サバミ					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1200						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1230	12:00~12:45 BODYCOMBAT					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1300						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1330	13:00~14:15 BODYBALANCE					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1400						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1430						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1500	14:00~15:00 BODYBALANCE					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1530						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1600	16:00~18:00 BODYBALANCE					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1630						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1700	16:20~17:20 ZUMBA					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1730	17:40~18:40 DAINTY					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1800						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1830	18:10~19:30 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
1900	19:00~20:45 BODYPUMP					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
2000						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
2030	20:30~21:30 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
2100						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
2130						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
2200						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
2300						8:30~9:45 BODYCOMBAT	8:30~9:45 BODYCOMBAT				
シニア・フィットネス&スパ24川崎グループエクササイズタイムスケジュール(土~日)											
日曜日				火曜日							
スタジオ	studioA	studio CHAN	ジム	LC GYM	プール	スタジオ	studioA	studio CHAN	ジム	LC GYM	プール
730						730~8:30 DANCE ○					
800						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
830						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
900						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
930						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1000						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1030	10:00~10:45 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1100	11:15~11:45 CRIT					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1130	11:20~12:00 ZUMBA					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1200	12:10~12:50 BODYCOMBAT					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1230	12:40~13:40 BODYCOMBAT					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1300						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1330	13:30~14:45 ZUMBA					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1400						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1430	14:30~15:45 BODYCOMBAT					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1500	15:00~16:30 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1530						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1600	16:00~17:20 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1630						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1700	17:00~17:45 DAINTY					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1730	17:40~18:40 CRIT					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1800	18:00~19:30 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1830						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
1900	19:00~20:00 UBOUND					8:30~9:45 BODYCOMBAT					
2000						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
2030						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
2100						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
2130						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
2200						8:30~9:45 BODYCOMBAT					
2300						8:30~9:45 BODYCOMBAT					

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

【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。
・スケジュラルクラスは予約登録にて参加いただけます。※混雑時は本レッスン予約者優先受講となります。

・マークが付いているプログラムは予約不要です。

・予約したプログラムが終了後、次回の予約可能となります。

・他のセッションで登録されていますので、WEB上にてご自身での受講登録が可能となります。※会員登録が必要となります。

・プログラム予約時に備考欄に記入ください。お好きな場所に記入ください。

・ハートのプログラムは通常クラスと、フロア（プログラムのみ）のお預りとさせていただきます。

・お問い合わせはレッスン当日にフロント係員機にてお問い合わせください。詳細は予約画面の備考欄に記載させていただきます。

・LC GYMセッションは開講5分前より入室OKとなります。

・LC GYMの開講は8時になります。

・LC GYMの開講は8時になります。