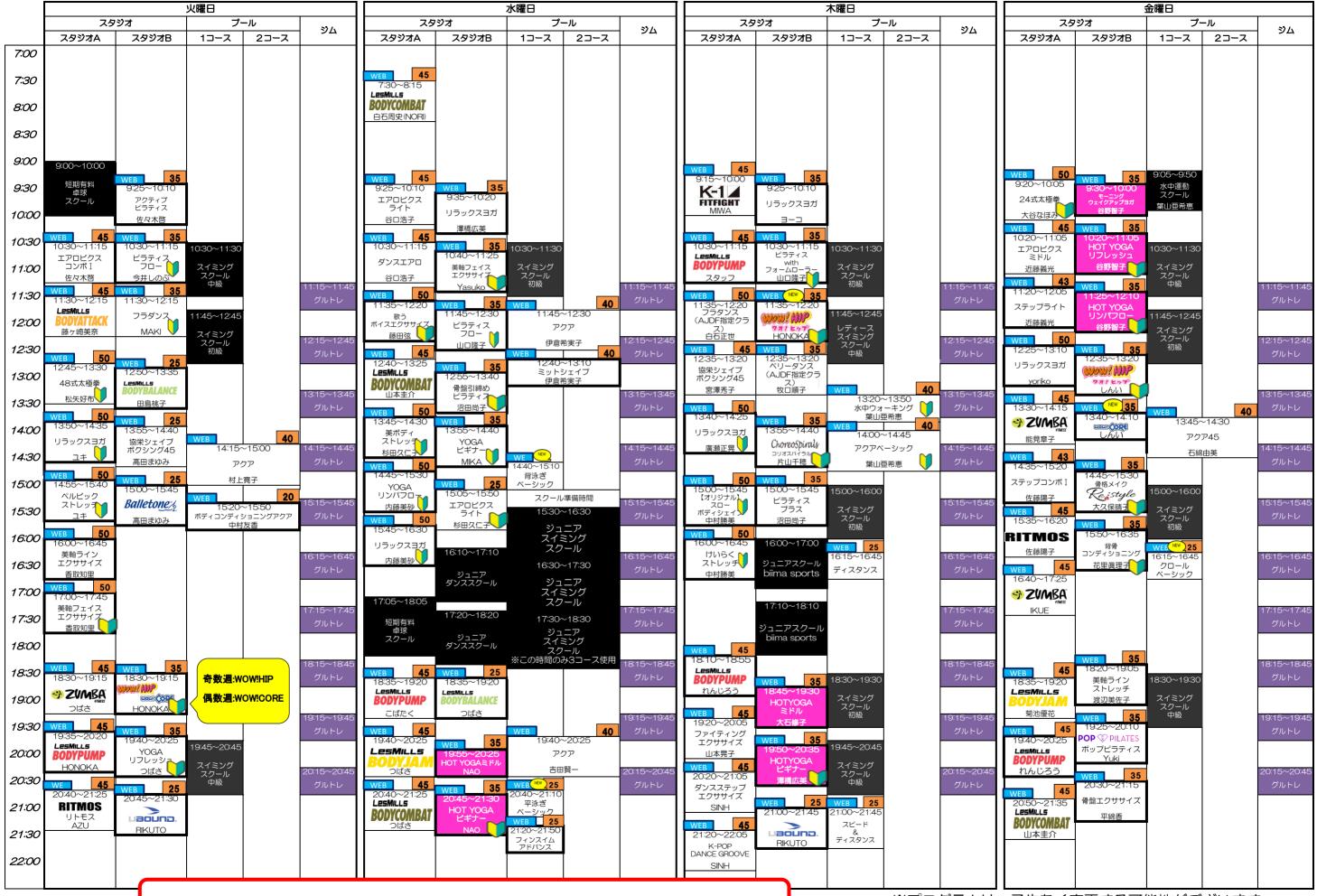
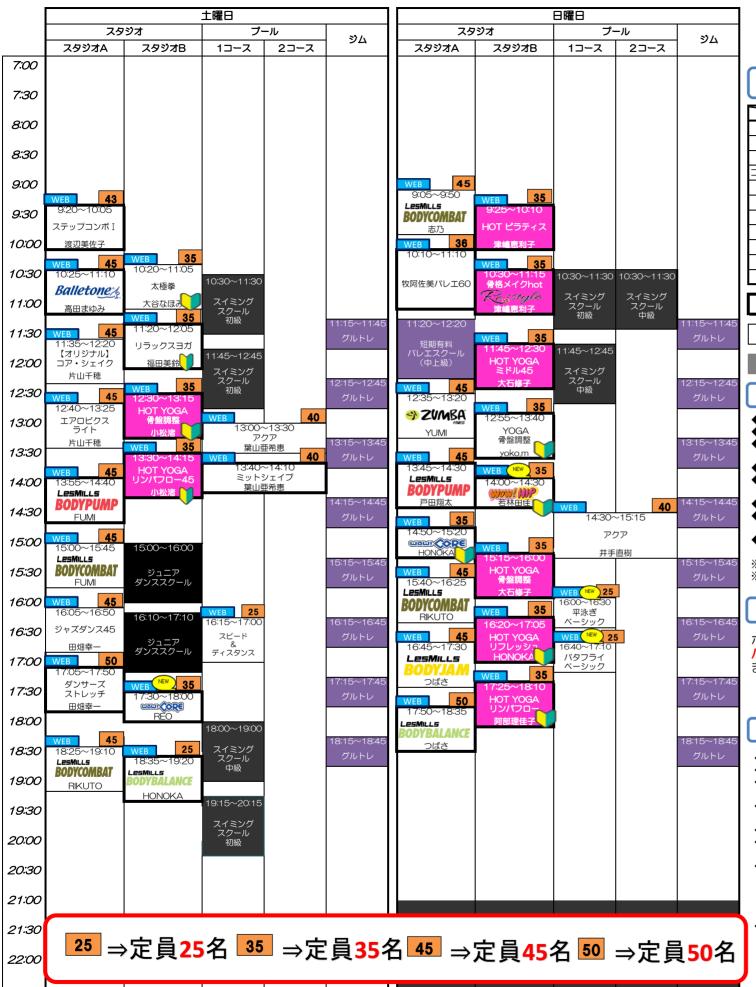
ジェクサー・フィットネス&スパ 大井町グループエクササイズタイムスケジュール(火~金)

2025 . 8.27 更新



28 ⇒定員28名 35 ⇒定員35名 45 ⇒定員45名 50 ⇒定員50名

※プログラムは、予告なく変更する可能性がございます。 ※プログラム名称は、効果を保証するものではございません



備品について

	スタジオA	スタジオB	プール
ストレッチマット	50	35	
ヨガマット	50	30	
ステップ台	45		
コリオスパイラルボール		35	
ポール		35	
バーベル	45		
レズミルズチューブ			
グルーツバンド		35	
トランポリン		25	
ミット			40
ヌードル			20

備品が必要なクラス※数に限りがあります なくなり次第定員とさせていただきます。

WEB予約対象クラス レッスン開始10分前までに予約してください

運動初心者・久しぶりに運動される方 体力に自信のない方にお勧めのクラス

月会費制有料スクール

有料プログラム

グループエクササイズご参加について

- 全店統一でレッスン開始後の参加は、ご遠慮いただきます。
- 水分補給はペットボトル等のフタ付き(ガラス製品を除く)のみ持ち込み可能と致します。 スタジオ及びプールレッスンへの入退出はインストラクターの指示に従い、速やかにお願い致します。
- ※プールでのレッスンは開始5分前よりレッスン準備をさせて頂きます。
- プールでのレッスン及びスクール実施時は遊泳コースを制限させて頂きます。予めご了承ください。 アクア・水中ウォーキングのレッスンは参加者12名以上の場合、2コースに変更させていただきます。 (※ボディコンディショニングアクアのみ10名以上の場合、2コースに変更させていただきます。)
- テクニカルレッスンは参加者16名以上の場合、2コースに変更させていただきます。
- 他の会員の方の場所取りや、奇声のような大声・後からの割り込み等、
- 他のお客様に不快感を与える行為はご遠慮頂き、快適な空間作りにご協力ください。
- 都合により、スケジュールを変更させて頂く場合がございます。 施設内の館内掲示、もしくはホームページにて代行等のご案内をしております。
- 各エリア、マナーアップにご協力頂きますようお願い致します。
- 体調管理には十分留意し水分補給をこまめに行いましょう。

ホットプログラムご参加について

ホットプログラムにご参加される際は バスタオルとお飲み物をお持ちください。 またレッスン開始後のご入場はご遠慮下さい。

WEB予約対象クラスについて

- 2022年7月1日より、全スタジオレッスンはWEB予約が必須です。
- ・WEB予約対象クラスのご参加は完全予約制です。 ・ご自身のアカウントからご予約をお願い致します。
- (事前にアカウントの作成が必要です)
- ・レッスン終了10分後より、4週間後の同じレッスンを ご予約いただけます。
- ・レッスン参加後に1枠消化され、次のレッスンをご予約頂けます。 ・レッスンにご参加されない場合はご自身の端末で予めキャンセルして いただきますようお願いいたします。
- ・レッスン開始10分前までにチェックインができていない場合、

自動キャンセルとなりますのでご注意ください。 自動キャンセルされた空き枠については、レッスン開始5分前より 直前予約可能となります。(予約枠は使用いたしません)

WEB予約をお済みでない場合、ご参加いただけませんので事前に ご予約を済ませるようお願いいたします。

不正利用(予約なし参加など)が発覚した場合は、アカウント停止を させていただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。

大井町店 代行情報QR

