

ジェクサー・フィットネス＆スパ 新小岩

マシンピラティスタイムスケジュール 2026.1~

	月	火	水	木	金	土	日
9:30							9:30
10:00							10:00
10:30							10:30
11:00							11:00
11:30							11:30
12:00							12:00
12:30							12:30
13:00							13:00
13:30							13:30
14:00							14:00
14:30							14:30
15:00							15:00
15:30							15:30
16:00							16:00
16:30							16:30
17:00							17:00
17:30							17:30
18:00							18:00
18:30							18:30
19:00							19:00
19:30							19:30
20:00							20:00
20:30							20:30
21:00							21:00
21:30							21:30

休館日

■各クラス定員4名

■ 女性専用 女性専用のクラスとなります。

※印の無いクラスは女性専用クラスとなりますのでご注意ください

女性専用

9:50～10:40 マシンピラティス BASIC 久保木 裕子

10:55～11:45 マシンピラティス BASIC 久保木 裕子

13:00～13:50 マシンピラティス BASIC 高田早織

14:10～15:00 マシンピラティス BASIC 高田早織

13:45～14:35 マシンピラティス BASIC エミリー

14:55～15:45 マシンピラティス BASIC エミリー

18:00～18:50 マシンピラティス BASIC まい

19:10～20:00 マシンピラティス BASIC まい

女性専用

10:30～11:20 マシンピラティス BASIC 佐々木啓

11:40～12:30 マシンピラティス BASIC 佐々木啓

12:40～13:30 マシンピラティス BASIC 佐々木啓

13:50～14:40 マシンピラティス BASIC 佐々木啓

17:30～18:20 マシンピラティス BASIC Yuki

18:40～19:30 マシンピラティス BASIC Yuki

19:45～20:35 マシンピラティス BASIC Yuki