

ジェクサー・フィットネス&スパ 新小岩

2025.4～マシンピラティス タイムスケジュール

2025.3.12現在

	月	火	水	木	金	土	日	
9:30		休館日						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				13:00～13:50 マシンピラティス BASIC 高田早織		12:40～13:30 マシンピラティス BASIC 佐々木啓		13:00
13:30								13:30
14:00					NEW 14:00～14:50 マシンピラティス BASIC エミリー	13:50～14:40 マシンピラティス BASIC 佐々木啓		14:00
14:30				14:10～15:00 マシンピラティス BASIC 高田早織				14:30
15:00					NEW 15:10～16:00 マシンピラティス BASIC エミリー			15:00
15:30								15:30
16:00								16:00
16:30								16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00					18:00～18:50 マシンピラティス BASIC まい	NEW 17:50～18:40 マシンピラティス BASIC Yuki		18:00
18:30								18:30
19:00	19:00～19:50 マシンピラティス BASIC Yuki				19:10～20:00 マシンピラティス BASIC まい	19:00～19:50 マシンピラティス BASIC Yuki		19:00
19:30								19:30
20:00								20:00
20:30	20:10～21:00 マシンピラティス BASIC Yuki					20:10～21:00 マシンピラティス BASIC Yuki		20:30
21:00								21:00
21:30							21:30	

■各クラス定員4名
△すべて女性専用クラスとなります△

NEW

11:00～11:50
マシンピラティス
BASIC
まい

NEW

NEW

NEW