

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 2026.4～

	月	火	水	木	金	土	日	
9:30	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;">■</div> 各クラス定員4名 </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 5px;"> <div style="margin-right: 10px;">■</div> 女性専用 女性専用のクラスとなります。 </div>							9:30
10:00								10:00
10:30								10:30
11:00								11:00
11:30	休館日							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							

■ 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。

休館日

NEW

11:15～12:05
マシンピラティス
BASIC
yuka

NEW

13:25～14:15
マシンピラティス
BASIC
新名 孝子

19:00～19:50
マシンピラティス
BASIC
Yuki

20:10～21:00
マシンピラティス
BASIC
Yuki

13:00～13:50
マシンピラティス
BASIC
高田早織

女性専用

14:10～15:00
マシンピラティス
BASIC
高田早織

女性専用

10:00～10:50
マシンピラティス
BASIC
シエ

14:30～15:20
マシンピラティス
BASIC
yukiko

女性専用

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

12:40～13:30
マシンピラティス
BASIC
佐々木啓

女性専用

13:50～14:40
マシンピラティス
BASIC
佐々木啓

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

女性専用

17:45～18:35
マシンピラティス
BASIC
Yuki

18:50～19:40
マシンピラティス
BASIC
Yuki

女性専用

12:00～12:50
マシンピラティス
BASIC
新名孝子

13:10～14:00
マシンピラティス
BASIC
新名孝子