

ジェクサー・フィットネススタジオ マシンピラティス NEWoMan横浜店
体験予約可能クラス 2026.8

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
8:00	体験料：1,100円（税込） 持ち物：本人確認書類（運転免許証やマイナンバーカード等）・飲み物 ・運動しやすい服装・汗拭きタオル・靴下（滑り止め付推奨） 予約の<u>15分前</u>にスタジオにお越しください。 当スタジオにお手洗いがございません。ご注意ください。						
8:30							
9:00							
9:30							
10:00		10:00~10:30 BASIC HIROE		10:00~10:30 BASIC Gucco			
10:30			10:30~11:00 Lower Body Ai			10:30~11:00 【専用】BASIC 坂碧織	
11:00		11:00~11:30 Upper Body HIROE		11:00~11:30 Conditioning Gucco	11:00~11:30 BASIC ERIKO		
11:30	11:30~12:00 BASIC 安積久美子		11:30~12:00 BASIC Ai				11:30~12:00 【専用】BASIC 坂碧織
12:00							
12:30							
13:00					13:00~13:30 Upper Body Ai		
13:30	13:30~14:00 BASIC Yukari	13:30~14:00 Lower Body 坂碧織	13:30~14:00 BASIC マドカ				13:30~14:00 【専用】BASIC HINAKO
14:00				14:00~14:30 Conditioning 麻央			
14:30	14:30~15:00 BASIC Yukari	14:30~15:00 BASIC 坂碧織				14:30~15:00 BASIC 坂碧織	
15:00				15:00~15:30 Lower Body 麻央	15:00~15:30 BASIC Fumiyo		
15:30			15:30~16:00 Upper Body マドカ			15:30~16:00 Upper Body yoriko	15:30~16:00 BASIC HINAKO
16:00							
16:30						16:30~17:00 BASIC 荒井しのぶ	
17:00							
17:30						17:30~18:00 Lower Body 荒井しのぶ	
18:00							17:45~18:15 Upper Body 佐宗美鈴
18:30	18:20~18:50 BASIC shino	18:20~18:50 Upper Body HARUKA		18:20~18:50 Upper Body 荒井しのぶ			
19:00							18:35~19:05 BASIC 佐宗美鈴
19:30	19:10~19:40 Lower Body shino	19:10~19:40 BASIC HARUKA		19:10~19:40 BASIC 荒井しのぶ			
20:00							
20:30							