

ジェクサー・フィットネスクラブ四谷

2024年11月23日(土) 勤労感謝の日

グループエクササイズ タイムスケジュール

	スタジオ	プール	ジム	☆Information☆
8:00				<p>11:10~11:55</p>  <p>OISHI×SAAYA</p> <p>今回はOISHIとSAAYAコラボ☆ OISHI大先輩とデビューしたて SAAYAが初ジョイント！ 笑いが止まらない 45分間にしましょう！ じゃっけ〜！！ (※青森弁)</p>
8:30	8:30~9:30	8:30~9:30		
9:00	体育スクール 【キンダー】 ジュニア	スイミング スクール 【ジュニア】		
9:30				
10:00	9:40~10:40	9:30~10:30		
10:30	体育スクール 【ジュニア】	スイミング スクール 【ジュニア】		
11:00		10:30~11:30		
11:30	11:10~11:55  OISHI×SAAYA	スイミング スクール 【ジュニア】		
12:00	暗闇	11:45~12:45 スイミングスクール【成人】	12:10~12:40  ゴルトレ	
12:30	12:15~13:00  BODYPUMP OISHI	12:00~12:45 スイミングスクール【ベビー】		
13:00	暗闇	13:00~13:45		
13:30	13:20~14:05 協栄シェイプ ボクシング 鈴木奈津子	アクア45 大貫那知子	13:10~13:40  ゴルトレ	
14:00		14:00~15:00		
14:30	14:30~15:30	スイミング スクール 【ジュニア】	14:10~14:40  ゴルトレ	
15:00	チアダンス 【キンダー】 ベーシック	15:00~16:00		
15:30		スイミング スクール 【ジュニア】	15:10~15:40  ゴルトレ	
16:00	15:40~16:40	16:00~17:00		
16:30	チアダンス 【ジュニア】 ベーシック	スイミング スクール 【ジュニア】	16:10~16:40  ゴルトレ	
17:00	16:50~17:50	17:00~18:00		
17:30	チアダンス 【ジュニア】 インター	スイミング スクール 【ジュニア】		
18:00		18:00~19:00		
18:30	18:15~19:15  BODYCOMBAT 白石周史×福島佑奈	スイミング スクール 【ジュニア】		
19:00				
19:30	暗闇			

※すべてWEB予約になります

10月26日(土)~
予約開始!

スタジオ予約
↓
11月23日(土) 選択
↓
予約する
↓
完了!