

ジェクサー・フィットネスクラブ四谷

2025年5月3日（土）憲法記念日

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
8:00			
8:30	8:30~9:30 体育スクール【ジュニア】 キンダージュニア	8:30~9:30 スイミングスクール 【ジュニア】	
9:00			
9:30	9:40~10:40 体育スクール【ジュニア】 ジュニア	9:30~10:30 スイミングスクール 【ジュニア】	
10:00		10:30~11:30 スイミングスクール 【ジュニア】	
10:30			
11:00	11:10~11:55 UBOUND この2人が揃えば盛り上がること間違えなし！ OISHI&SAAYA	11:45~12:45 スイミングスクール 【成人】	
11:30			
12:00	12:15~13:00 LES MILLS BODY PUMP OISHI	12:00~12:45 スイミングスクール 【ベビー】	12:10~12:40  グルトレ
12:30			
13:00		13:00~13:45 アクア45 大貫那知子	
13:30	13:20~14:05 協栄シェイプボクシング 鈴木奈津子		
14:00			
14:30	14:30~15:30 チアダンス【ジュニア】 ベーシックキンダー	14:00~15:00 スイミングスクール 【ジュニア】	14:10~14:40  グルトレ
15:00		15:00~16:00 スイミングスクール 【ジュニア】	15:10~15:40  グルトレ
15:30	15:40~16:40 チアダンス【ジュニア】 キンダージュニア	16:00~17:00 スイミングスクール 【ジュニア】	
16:00		17:00~18:00 スイミングスクール 【ジュニア】	
16:30	16:50~17:50 チアダンス【ジュニア】 アドバンス	18:00~19:00 スイミングスクール 【成人】	
17:00			
17:30			
18:00	18:15~19:00 LES MILLS BODYCOMBAT ☆名曲メドレー☆ 白石周史		
18:30			
19:00			
19:30			

※短縮営業日に伴いデイトタイム会員様
モーニング会員様は時間外利用を
お支払いの上ご利用いただけます

ジェクサー・フィットネスクラブ四谷