

ジェクサー・フィットネス&スパ板橋

2025年4月29日（火）昭和の日

	A STUDIO	B STUDIO	
10:00			13:45~14:45 LES MILLS BODYPUMP 長澤憲宏×かなで
10:30	10:15~11:00 定員47名  ZUMBA IZUMI	10:15~11:00 定員40名 スリムフローヨガ45 ヨココ	15:15~16:25 LES MILLS BODYCOMBAT 高橋雅俊×SHUNSUKE
11:00			★ 池袋×板橋コラボ ★ 春の始まり 追い込みマックス！！
11:30	11:20~12:05 定員47名 チョアチョアフィット45 IZUMI	11:20~12:05 定員40名 バレトン～スタンディングフロー～ 安東玲佳	【予約受付】 BODYPUMP60 4/15（火）14:55～当日30分前まで BODYCOMBAT70 4/15（火）16:35～当日30分前まで
12:00			【入金方法】 フロントにて当日30分前までにご入金ください。
12:30	12:30~13:15 定員47名  UBOUND MAI	12:25~13:10 定員40名 リラックスヨガ45 阪本美佳子	【料金】 BODYPUMP60 S席1,100円(税込) A席880円(税込) BODYCOMBAT70 S席2,200円(税込) A席1,650円(税込)
13:00			【定員】 BODYPUMP60 43名 BODYCOMBAT70 47名
13:30	13:45~14:45 定員43名  LES MILLS BODYPUMP 長澤憲宏×かなで	13:35~14:20 定員40名  美軸フェイス45 yuka	【予約方法】 WEBサービス「イベント」よりお申込みください。 【キャンセル】 ご自身のアカウントにて前日までにキャンセルをお願いいたします。 それ以降のキャンセル、無断キャンセルの場合、キャンセル料として参加費と同額が発生いたします。 ※ご入金後のご返金はできません。 ※所有枠外で別途ご予約をお取りいただけます。
14:00			【レッスン参加位置】 <u>S席のみ入金時に場所の抽選を行います。</u> A席は当日イベントの15分前 (BODYPUMP60 13:30/BODYCOMBAT70 15:00) より『 <u>入場順抽選</u> 』の後、開始10分前より順番に場所をお選びいただけます。 15分前の抽選、10分前の入場に間に合わない場合は空いている場所での参加となりますのでご了承ください。
14:30			
15:00	15:15~16:25 定員47名  LES MILLS BODYCOMBAT 高橋雅俊×SHUNSUKE	14:50~15:35 定員40名 フラダンス45 田辺紀子	
15:30			
16:00		15:55~16:40 定員40名  リラックスヨガ45 Marina	
16:30			
17:00			
17:30			NEW!! 13:35~14:20 美軸フェイス45 ～顔から全身を鍛える～ 顔とカラダをつなげて動かす新感覚のエクササイズ！！ 小顔効果、姿勢改善、肩こりや腰痛、むくみ解消などさまざまな効果に期待できます。初心者の方から運動経験のある方までどなたでも安心してご参加ください！
18:00			
	…備品使用プログラム	…祝日プログラム	
		…イベントプログラム	

全クラスWEB予約対象