エグザス赤羽　タイムスケジュールご案内

ご覧いただき誠にありがとうございます。
タイムスケジュールは以下となっておりますのでご確認ください。
2枚目、「スタジオ予約のご案内」
3枚目、「6月1日～6月30日タイムスケジュール」

画面下にスクロールいただくことでご覧いただけます。
お手数おかけして申し訳ありませんが、よろしくお願いいたします。

皆様のご来館、心よりお待ちしております。

スタジオプログラム参加予約

利用料は
無料です！！

WEB予約について

・予約対象クラスは、1週間前に公開されます。
（1週間前のAM6:00～予約開始いたします。）
・レッスンの予約、予約取消は、前日23:59で締め切らせていただきます。
・上限3クラスまで予約可能です。（予約レッスン終了後に枠が一つ戻ります）
・ご予約はご本人様分のみ可能でご本人様のみ有効です。※譲渡不可
・お電話での受付はできません。
※WEB『エグザスメンバーサービス』よりご予約ください。（登録必須）
（初めての方はQRコードよりメールアドレス、パスワードをご登録の上お進みください。）
・予約枠に参加できない場合は必ず予約取り消しを行ってください。

予約枠には定員がございます。
詳しいご利用方法については下記をご覧ください。

1	2	3	4
WEBにアクセス エグザスメンバーサービスにログインします。	**クラス検索** 『スタジオ参加予約』のメニューからクラスを選びます。	**予約** 予約します。 完了後は、レッスン開始前に予約内容をチェック！	**クラス当日** レッスン開始の15分に入場いたします。 入場前にお越しください。

当日参加について

・フロントにて受付いたします。
・営業開始から受付いたします。
・WEBでの予約が埋まらなかった枠は、当日店頭枠に追加されます。
・クラスの入場が始まりましたら、担当インストラクターが受付いたします。
（①WEB予約②当日予約の順）
・当日WEB予約をキャンセルされる場合は、必ずお電話でご連絡ください。

エグザス　メンバーサービス

参加予約でより快適・便利に！！

入場について

・レッスン開始の15分前に入場いたしますので入場前までにスタジオ前にお越しください。
・ご予約順にスタッフがご案内いたします。
・遅れてお越しいただくと入場できない場合がございます。
・安全上、レッスン開始後の途中入場はお断りいたします。
※入場時にご本人確認させていただく場合がございます。

【エグザス赤羽　03－5939－9031】

エグザス 赤羽　スタジオタイムスケジュール

2022年6月1日～6月30日タイムスケジュール

月曜日 スタジオ

- ボディバランス30FX　10:30-11:00　笹川 貴子
- ボディコンバット45　11:30-12:15　Yuta
- コアクロス　12:45-13:15　浜口 有希
- 有料スクール　フラダンス　13:45-14:45　勅使河原 裕子
- ボディパンプ45　19:15-20:00　関川 真吾
- ヨガ（体）　20:20-21:05　柏 知里

運動エリアご利用時間　21:30まで

火曜日

休館日の為　終日ご利用頂けません

水曜日 スタジオ

- ヨガ（心）　10:30-11:15　加藤 満里子
- ボディバランス30ST　11:45-12:15　蓬澤 紀江
- ボディコンバット30　12:45-13:15　関川 真吾
- コアクロス　13:45-14:15　小池　留里
- ヨガ（体）　19:15-20:00　小林 園実
- ボディパンプ45　20:20-21:05　中嶋 杏莉

運動エリアご利用時間　21:30まで

木曜日 スタジオ

- ヨガ（心）〈ホット〉　10:30-11:15　沢田 亜彩
- オリジナルボディコンシャス（ピラティス）　11:45-12:30　浜口 有希
- ボディパンプ45　13:00-13:45　浜口 有希
- ボディジャム45　19:30-20:15　安孫子 礼基
- トップライド30　20:35-21:05　安孫子 礼基

運動エリアご利用時間　21:30まで

金曜日 スタジオ

有料スクール

- 週替わりスクール　10:30-11:30　萩元 陽介
- 週替わり　11:50-12:20　萩元 陽介
  - 1、3、5週目　ボディバランス30FX
  - 2、4週目　ボディコンバット30
- ボディパンプ45TB　12:45-13:30　笹川 貴子
- ボディパンプ45　19:15-20:00　若木 健志
- ボディコンバット45　20:20-21:05　若木 健志

運動エリアご利用時間　21:30まで

土曜日 スタジオ

- ヨガ（体）　10:30-11:15　柏 知里
- ボディアタック45　11:45-12:30　中嶋 杏莉
- ボディパンプ45　13:00-13:45　後藤 良子
- ボディジャム45　14:15-15:00　後藤 良子

運動エリアご利用時間　19:30まで

日曜日 スタジオ

- ヨガ（心）　10:30-11:00　中波 美穂
- ヨガ（体）　11:20-12:05　中波 美穂
- ボディパンプ45　12:30-13:15　関川 真吾
- ボディコンバット45　13:45-14:30　関川 真吾

運動エリアご利用時間　17:30まで

フラダンススクール（有料）

スポット会員（毎週）
→2,200円（税込）×月回数
スポット会員（都度）
→2,420円（税込）（1回）
※施設利用料含む
会費会員（毎週）
→1,100円（税込）×月回数
会費会員（都度）
→1,210円（税込）（1回）

≪スタジオプログラムは予約制となります≫

- 予約は無料で行えます
- メンバーサービスからスタジオ予約が行えます（登録必須）
- 予約対象のレッスンは１週間前に公開されます
- 最大３枠予約可能（予約レッスン終了後に枠が一つ戻ります）
- 前日まではWEB予約、当日はフロント予約のみ（電話不可）
- 予約枠（定員）25名 / 日曜日ヨガ20名 / トップライド17名

週替わりスクール

毎週金曜日　10:30-11:30

担当 ： 萩元 陽介

毎月 ： 1、3、5週目　ボディコンバット60
2、4週目　ボディバランス60
※祝日は別途案内

料金 ： スポット会員（毎週）
2,200円（税込）×月回数
スポット会員（都度）
2,420円（税込）（1回）
会費会員（毎週）
1,100円（税込）×月回数
会費会員（都度）
1,210円（税込）（1回）
※毎週はレッスン種類関係なく全て
※フロントにて予約受付

各プログラムにクラスフォーマットがありますが、熱中症などの予防を考え安全に実施できるクラスフォーマット変更する場合がございます。予めご了承ください。

【マーク表記に関して 】

【タイムセレクトマーク】
クラスの途中で終了タイミングがあるクラスです
開始後約30分後が1回目の終了タイミングです

【安心マーク】
ご参加が初めての方・久しぶりの方・低体力者の方も安心してお楽しみ頂けます

【変更マーク】 変更　時間・担当の変更

【NEWマーク】 NEW　今月新たにスタート

【スタジオ予約 】

全てのクラスが予約制となります
・WEB予約は前日まで受付
・当日はフロント予約受付

【<ホット>の表示について】

室温高めに設定してクラスを実施します
室温目安　ヨガ　32度～36度

【 営業時間のご案内 】

曜　日	曜　日
月・水・木・金	10:00～15:00 18:00～22:00
土	10:00～20:00
日・祝休日	10:00～18:00

※毎週火曜日は休館日となります