

	月曜日		火曜日		水曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	A Studio	B Studio	A Studio	B Studio	A Studio	B Studio	A Studio	B Studio	A Studio	B Studio	A Studio	B Studio
10:00			10:45~11:00 青竹EX 中尾	途中入退場OK								
11:00	11:00~12:00 ヨガ60 中本	11:00~11:45 ストリートダンス ERIKA	※青竹貸出し用19名分		10:45~11:30 ステップ初級 石丸	10:45~11:30 リラックスヨガ 岡本	10:45~11:30 パワーヨガ 中本	10:45~11:30 ステップ初級 YUKKO	10:45~11:45 エアロ中級60 岡田	11:00~11:45 OXIGENO 柴尾	10:40~11:25 ヨガ 大徳屋	
12:00	12:15~13:00 ZUMBA KAORI			↑定員20名↑	11:45~12:30 エアロ中級 岡			↑定員10名↑	12:00~12:45 ZUMBA YUKKO	12:00~12:30 ステップ初級/岡田	11:45~12:45 RITMOS 60 狭間	
13:00	13:15~14:00 エアロ中級 KAORI	13:15~14:00 パワーヨガ 谷口	12:30~13:15 OXIGENO 中尾		12:45~13:30 RITMOS 岡			12:45~13:30 MEGADANZ 中尾	13:00~14:00 GROUP POWER 神田		13:00~13:30 iFUNC /STAFF	
14:00	14:15~15:00 ステップ中級 河野		13:35~14:35 ZUMBA 石丸		13:45~14:30 GROUP POWER 岡田			13:45~14:45 ヨガ60 谷口	↑定員29名↑	14:15~15:15 パワーヨガ60 中本	13:45~14:15 はじめてのフラ/向	
15:00			チケット配布時間 ヨガ ⇒ 10:00~		チケット配布時間 リラックスヨガ ⇒ 10:00~ GROUP POWER ⇒ 12:15~			チケット配布時間 ステップ初級 ⇒ 10:00~	チケット配布時間 ステップ初級 ⇒ 10:30~ GROUP POWER ⇒ 11:30~		14:30~15:15 やさしいピラティス 向	
 <p>2017 Xmas SPECIAL EVENT 8(金) 9(土) 10(日)</p>												
19:00	19:15~20:00 ステップ中級 上田	19:15~20:00 OXIGENO 中尾	19:15~20:00 ZUMBA KAORI	19:15までは動きの説明等 19:15までは途中入場OK 19:00~20:00 ヨガ60 森下	19:15~20:00 ステップ中級 中尾	19:15~20:00 ヨガ60 山秀	19:15~20:00 LES MILLS BODYCOMBAT		19:10~20:10 ステップ中級60 向			
20:00	20:15~21:00 MEGADANZ 中尾		20:15~21:00 GROUP POWER 岡田		20:15~21:00 エアロ中級 中尾			20:15~21:00 ZUMBA YUKKO	20:05~21:05 アナトミック骨盤ヨガ 山秀			
21:00	21:15~21:45 iFUNC /STAFF		↑定員29名↑		21:15~22:00 LES MILLS BODYCOMBAT 平川	21:15~22:00 HIP HOP TOM	21:15~22:00 GROUP POWER 神田	21:15~22:00 ストリートダンス ERIKA				
22:00			チケット配布時間 GROUP POWER ⇒ 18:45~				↑定員29名↑	チケット配布時間 GROUP POWER ⇒ 19:45~				

グループプログラム
1Fストレッチエリアにて
好評開催中!

ストレッチ15
月曜 10:30~
BOSU
水曜 12:45~
水曜 20:15~
金曜 12:45~

fitness club
iSPORTS
フィットネスクラブ
**アイススポーツ
陣原店**

〒: 北九州市八幡西区穴生4丁目10-2
TEL: 093-642-3388
— 営業時間 —
平日 10:00~23:00
土曜日 10:00~21:00
日祝日 10:00~19:00
※休館日/毎週木曜日

レッスンの途中入退場は大変危険なためご注意ください。ジムフロアのご利用は、閉館時間30分前までとなります。