

| | 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 ステップ中級 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 松田 | 10:45~11:30 ヨガ 大徳屋 | |
| 12:00 | 12:15~13:00 ZUMBA KAORI | | 11:15~12:15 エアロ中級60 中尾 | 11:15~12:15 ヨガ60 大徳屋 | 11:45~12:30 エアロ中級 岡 | 12:00~12:30 BOSU/スタッフ | 11:45~12:30 エアロ中級 中尾 | 11:45~12:30 エアロ初級 YUKKO | 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 | 12:45~13:15 エアロ初級/増淵 | 12:45~13:30 RITMOS 岡 | 13:45~14:30 GROUP POWER 岡田 | 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 ステップ初中級 河野 | | 13:35~14:35 ZUMBA 石丸 | 13:30~14:30 背骨 コアヨガ60 増淵 | 13:45~14:30 GROUP POWER 岡田 | | 13:45~14:45 ヨガ60 谷口 | | ↑定員29名↑ | | 13:45~14:30 ピラティス 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~ BOSU ⇒ 10:30~ 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~ | | | |
| <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>STUDIO EVENT 夏ヤセ 3DAYS</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>2017 SUMMER TRAINING 8.7 ▶ 8.18 スタジオイベント開催! 詳細は店舗にご確認ください。</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>お知らせ 8月13日(日)の スタジオは全て 休講となります。 ご不便をお掛けしますが ご理解の程 よろしくお願いします。</p> </div> </div> | | | | | | | | | | | | |
| 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 | 19:15~19:45 ステップ初級/岡田 | 19:15~20:00 ステップ中級 中尾 | 19:15~20:00 ヨガ 山秀 | 19:15~20:00 FIGHTDO 松田 | | 18:45~19:30 エアロ中級 向 | | | |
| 20:00 | 20:15~21:00 MEGADANZ 中尾 | | 20:15~21:00 GROUP POWER 岡田 | 20:15~21:00 エアロ初級 KAORI | 20:15~21:00 エアロ中級 中尾 | | 20:15~21:00 ZUMBA YUKKO | 20:05~21:05 パワーヨガ 山秀 | 19:40~20:25 ステップ中級 向 | | | |
| 21:00 | 21:15~21:45 iFUNC /山下 | | ↑定員29名↑ | | 21:15~22:00 FIGHTDO 松田 | 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 ステップ初級 ⇒ 17:45~ GROUP POWER ⇒ 18:45~ | | | | 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 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