


アイスポーツ陣原店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2023年9月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00 ▶				ノースタッフデー (セルフ利用)			
11:00 ▶	10:45~11:30 エアロ初中級 奥永	10:45~11:30 ステップ中級 河野	10:45~11:30 ZUMBA 石丸		10:30~11:30 ヨガ 倉田	10:45~11:30 エアロ中級 中尾	10:45~11:30 エアロ初中級 狭間
12:00 ▶	11:45~12:45 sintex 鶴	11:45~12:45 エアロ中級60 中尾	11:50~12:50 ピラティス 森下		11:45~12:30 エアロ初級 奥永	11:45~12:30 MEGADANZ 中尾	11:45~12:30 RITMOS 狭間
13:00 ▶	13:00~13:45 RITMOS 岡	13:00~14:00 ヨガ 白水	13:05~13:50 MEGADANZ 田口		12:45~13:30 エアロ中級 奥永	12:45~13:30 ボディバーン 石橋	12:45~13:45 リラクゼーションヨガ 森下
14:00 ▶						13:45~14:45 ヨガ 白水	
19:00 ▶	19:00~19:45 ボディバーン AKIHIDE	19:00~19:45 エアロ初級 奥永	19:15~20:00 ステップ中級 中尾		19:00~20:00 ヨガ 家迫	 八幡西区穴生4丁目10-2 TEL:093-642-3388 ースタッフ滞在時間ー 平日・土曜日 10:00~15:00 17:00~21:00 ※15:00~17:00はノースタッフとなります 日曜日・祝日 10:00~19:00 ※木曜日はノースタッフデーとなります	
20:00 ▶	20:00~21:00 カラダに効かせるヨガ AKI	20:00~20:45 ZUMBA 奥永	20:15~21:00 エアロ中級 中尾		20:15~21:00 ステップ中級 奥永		
21:00 ▶		プログラム変更 21:00~22:00 やさしいピラティス 鶴			21:15~22:00 エアロ初中級 奥永		



レッスンの途中入場・途中退場はご遠慮ください。参加チケットは開始45分前に配布いたします。