

アイススポーツ片野店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2017年10月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日																								
10:00 ▶		休館日																													
11:00 ▶	10:45~11:30 筋コンディショニング 河野		10:45~11:30 バランスコーディネーション 北園	10:45~11:45 ヨガ akiyo	10:45~11:30 ステップ初級 河野	10:45~11:30 JSAスモールボール 池尻	11:00~12:00 ヨガ 岡																								
12:00 ▶	11:45~12:30 ステップ初級 河野		11:45~12:30 エアロ初級 北園	11:55~12:40 ZUMBA Akihide	11:45~12:30 ZUMBA 河野	11:45~12:30 ボディコンバット 柴田	12:15~13:00 週替り																								
13:00 ▶	12:45~13:30 ベリーダンス 東		12:45~13:15 ステップ入門/藤井	12:50~13:20 エアロ入門/奥永	12:45~13:30 ポールコンディショニング 岡田	12:45~13:30 ZUMBA KAORI	13:15~14:00 週替り																								
14:00 ▶	13:45~14:30 ヨガ 山秀		13:30~14:15 エアロ初中級 藤井	13:30~14:15 ステップ初中級 奥永	13:45~14:30 エアロ中級 岡田	クラス変更 13:45~14:30 ピラティス 狭間																									
15:00 ▶	14:45~15:45 フラダンス 竹垣 NEW		14:30~15:15 ZUMBA YUKARI	クラス変更 14:25~15:10 エアロ中級 中尾	14:45~15:30 リラクゼーションヨガ 中本	14:45~15:30 バレトン 狭間																									
16:00 ▶	<div data-bbox="201 766 1232 1117" data-label="Complex-Block"> <h2 style="text-align: center;">Aloha フラダンス</h2> <p> 体幹向上とデトックス効果で美しいスタイルに。 女性らしい美しい仕草が身につきます。 いつも自然な笑顔でいられます。 </p> <p>世界一美しい踊りといわれるフラ。ハワイの伝統的で神聖な踊りです。ダンス経験のない方でも気軽に、手軽に始められます。ゆったりとしたリズムで心のリラックスとともに、血行促進や体幹を鍛えるなど、シェイプアップ効果も期待できます。ぜひ、フラの世界を楽しんで下さい。</p> </div>			<div data-bbox="1254 766 2150 1085" data-label="Complex-Block"> <p style="text-align: center;">★ 日曜日 週替りプログラム ★ お間違えのないようお願いいたします!</p> <table border="0"> <tr> <td>●1日</td> <td>12:15~13:00 エアロ初級/上田</td> <td>●3日</td> <td>12:15~13:00 バラコディネーション/北園</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13:15~14:00 ステップ初中級/上田</td> <td></td> <td>13:15~14:00 バレトン/北園</td> </tr> <tr> <td>●15日</td> <td>12:15~13:00 エアロ初級/奥永</td> <td>●22日</td> <td>12:15~13:00 ボディコンバット/柴田</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13:15~14:00 ステップ初中級/奥永</td> <td></td> <td>13:15~14:00 ZUMBA/ミヤギ</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>●29日</td> <td>12:15~13:00 ステップ初中級/神田</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>13:15~14:00 グループパワー/神田</td> </tr> </table> </div>				●1日	12:15~13:00 エアロ初級/上田	●3日	12:15~13:00 バラコディネーション/北園		13:15~14:00 ステップ初中級/上田		13:15~14:00 バレトン/北園	●15日	12:15~13:00 エアロ初級/奥永	●22日	12:15~13:00 ボディコンバット/柴田		13:15~14:00 ステップ初中級/奥永		13:15~14:00 ZUMBA/ミヤギ			●29日	12:15~13:00 ステップ初中級/神田				13:15~14:00 グループパワー/神田
●1日								12:15~13:00 エアロ初級/上田	●3日	12:15~13:00 バラコディネーション/北園																					
								13:15~14:00 ステップ初中級/上田		13:15~14:00 バレトン/北園																					
●15日	12:15~13:00 エアロ初級/奥永	●22日	12:15~13:00 ボディコンバット/柴田																												
	13:15~14:00 ステップ初中級/奥永		13:15~14:00 ZUMBA/ミヤギ																												
		●29日	12:15~13:00 ステップ初中級/神田																												
			13:15~14:00 グループパワー/神田																												
17:00 ▶																															
18:00 ▶																															
19:00 ▶	19:00~19:45 グループパワー 福本		19:00~19:45 ピラティスヨガ KAORI	19:00~19:45 シェイプヨガ 赤金	19:00~19:45 リラクゼーションヨガ 岡																										
20:00 ▶	20:00~20:45 エアロ初中級 岡		20:00~20:45 エアロ初中級 KAORI	20:00~20:45 エアロ初級 小林	20:00~20:45 エアロ初級 瀧																										
21:00 ▶	21:00~21:45 骨盤調整ヨガ 赤金		21:00~21:45 ボディコンバット 柴田	21:00~21:45 ZUMBA 小林	21:00~21:45 太極舞 瀧																										

※プログラム開始後の途中参加、途中退場はお断りしております。 諸事情により、プログラム及び担当者は予告なく変更する場合がございます。予めご了承下さい。

ISPORTS
片野店

小倉北区片野4-7-7
TEL:093-967-7770

— 営業時間 —
平日/10:00~23:00
土曜/10:00~21:00
日祝/10:00~19:00

休館日/毎週火曜日