

アイスポーツ片野店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2018年4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 ステップ初中級 河野	※フェイスタオルをご持参下さい クラス変更 10:45~11:30 背骨コンディショニング 池尻	11:00~12:00 ヨガ 春日		
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 エアロ中級 河野	11:45~12:30 筋膜リリースヨガ 森下	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 ボディコンバット 四本	12:45~13:30 ZUMBA KAORI	13:15~14:00 週替り		
14:00 ▶	時間変更 (45→60分) 13:40~14:40 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 ボディバンプ45 四本	13:45~14:30 RITMOS 狭間			
15:00 ▶	時間変更 (開始時間) 14:50~15:50 フラダンス 竹垣		14:30~15:15 ZUMBA YUKARI	14:25~15:10 エアロ中級 中尾	14:45~15:30 リラックスヨガ 中本	14:45~15:30 ピラティス 狭間			
16:00 ▶	 <p>Return BODY COMBAT!</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ ストレス発散 ☑ 運動不足の解消 ☑ 爽快感 ☑ 身体の引き締め 			<p>★ 日曜日 週替りプログラム ★</p> <p>お間違えのないようお願いします!</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1日 12:15~13:00 ZUMBA/上田 13:15~14:00 ステップ初中級/上田 ●3日 12:15~13:00 ZUMBA/MAKO 13:15~14:00 ボディコンバット/柴田 ●15日 12:15~13:00 エアロ初級/奥永 13:15~14:00 ステップ初中級/奥永 ●22日 12:15~13:00 ★イベント 13:15~14:00 ★イベント ●29日 12:15~13:00 グループパワー/AKIRA 13:15~14:00 ボディコンバット/柴田 					
17:00 ▶									
18:00 ▶									
19:00 ▶	19:00~19:45 グループパワー AKIRA		19:00~19:45 ピラティスヨガ KAORI	内容変更 19:00~19:45 お腹スッキリヨガ 赤金	19:00~19:45 太極舞 瀧				
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 FAT BURN RYO-MA	20:00~20:45 ZUMBA 瀧				
21:00 ▶	内容変更 21:00~21:45 ストレッチヨガ 赤金		復活!! クラス変更 21:00~21:45 ボディコンバット 柴田	21:00~21:45 エアロ初級 奥永	21:00~21:45 RITMOS 岡				

※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。

fitness club
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