

アイスポーツ曾根店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2017年8月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
10:00 ▶				<h1>休館日</h1>				
11:00 ▶	10:30~11:30 ヨガ 岡	10:20~11:20 ヨガ 松本	10:45~11:30 エアロ中級 三井 ☺		10:45~11:45 カラダメンテナンス 岡本	10:45~11:45 健康体操 瀬口	10:30~11:15 エアロ中上級 岡田 ☺	
12:00 ▶	11:45~12:30 エアロ初中級 岡 ☺	11:30~12:15 エアロ初級 永谷	11:40~12:25 ステップ中級 河野 ☺		11:55~12:40 エアロ初級 上田	11:55~12:40 ホテイコンパット Akihide	11:25~12:10 おなかずつきり骨整体操 中村	
13:00 ▶	12:45~13:15 ステップ入門/藤井	12:25~13:10 ZUMBA 千晃 🎉	12:35~13:20 ZUMBA 河野 🎉		12:50~13:35 ステップ中級 上田	12:50~13:20 ZUMBA/Akihide	12:20~13:05 エアロ初級 池尻	
14:00 ▶	13:25~14:10 エアロ中級 藤井 ☺	13:20~14:05 エアロワークアウト KAORI ☺	13:35~14:20 ステップサーキット 永谷		13:45~14:30 エアロ中級 岡 ☺	13:30~14:15 代謝UPヨガ NAOKO	13:15~14:15 奏ヨガ ~kanade yoga~ 小林	
15:00 ▶	14:20~15:05 フラダンス 竹井	14:15~15:00 ピラティスヨガ KAORI	14:35~15:35 キレイになるヨガ 永谷		14:40~15:25 パワーヨガ 大徳屋	14:25~15:10 ポティコンパット ERI ☺	14:25~15:10 太極舞 ~タイチーダンス~ 小林	
16:00 ▶	<div style="background-color: #ADD8E6; padding: 10px; border-radius: 10px;"> <p>☆ピラティスの効果☆</p> <p>痩せやすい体づくり</p> <p>体幹を鍛え姿勢改善</p> <p>ストレス解消</p> <div style="float: right; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; background-color: yellow;"> <p>[ピラティス入門] 火曜日 18:45~19:15</p> </div> </div>							
17:00 ▶	☆ピラティスの効果☆							
18:00 ▶	☆ピラティスの効果☆							
19:00 ▶	19:00~20:00 ヨガ Akiyo	18:45~19:15 ピラティス入門/瀧	19:00~19:45 エアロ初級 小林			19:15~20:00 骨盤調整ヨガ 赤金	18:15~19:00 エアロ中級 河野 ☺	<p>fitness club</p> <p>isPORTS</p> <p>曾根店</p> <p>小倉南区東貫1-3-25 TEL:093-473-3353</p> <p>— 営業時間 —</p> <p>平日 / 10:00~23:00</p> <p>土曜 / 10:00~21:00</p> <p>日祝 / 10:00~19:00</p> <p>休館日 / 毎週木曜日</p>
20:00 ▶	20:15~21:00 ポティコンパット ERI ☺	19:25~20:10 エアロ初中級 瀧 ☺	20:00~20:45 ZUMBA 小林 🎉		20:10~20:55 エアロ初級 池尻	19:15~20:00 ZUMBA 河野 🎉		
21:00 ▶	21:15~22:00 ZUMBA Akihide 🎉	20:20~21:00 ステップ初中級 藤井 ☺	21:00~21:45 グループパワー Aki ☺		21:05~22:05 フリースタイルダンス TOM			
22:00 ▶		21:10~22:10 肩こり解消ヨガ 白石						

閉館時間 平日 23:00 / 土曜 21:00 / 日祝 19:00

※ジムフロアのご利用は、閉館時間30分前 までとなります。

※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。