

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

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
定員28名	定員22名		ノースタッフ セルフ利用	定員28名		定員28名
10:30~11:30 リラクゼーションヨガ 永谷	10:30~11:15 ステップ初級 鍋島	10:30~11:15 エアロ初級 YUKA		10:30~11:30 カラダメンテナンス 岡本	10:30~11:30 健康体操 瀬口	10:30~11:30 やさしいピラティス 森下
11:45~12:30 サルセーション 松田	11:30~12:15 ZUMBA NARU	11:30~12:15 BODYCOMBAT45 よつもと		11:45~12:30 RITMOS OKA	11:45~12:30 ZUMBA AKIHIDE	11:45~12:30 はじめてエアロ&コンディショニング 中村
12:45~13:30 HIP-HOP yu-na	12:30~13:30 ヨガ 岡本	12:30~13:15 コアコンディショニング 八木		12:45~13:30 エアロ初中級 OKA	12:45~13:30 HIP-HOP AKIHIDE	12:45~13:30 HIP-HOP 家迫
時間変更	19:00~19:45 ピラティス YUKO	19:15~20:00 HIP-HOP 家迫		19:00~19:45 エアロ初中級 河野	13:50~14:35 エアロ初中級 中尾	
19:15~20:00 BODYCOMBAT45 吉田	20:00~20:45 ZUMBA AKIHIDE	20:15~21:00 RITMOS OKA		20:00~21:00 BODYPUMP60 石橋		
時間変更	21:00~21:45 BODYCOMBAT45 AKIHIDE	21:15~22:00 エアロ初中級 OKA				
20:15~21:15 ヨガ 家迫						



FITNESS CLUB
Strong, Smart, Beautiful.
make the gym studio workout

fitness club
ISPORTS 曾根店

小倉南区東貫1-3-25
TEL: 093-473-3353

—スタッフアワー—

平日 10:00~21:00
土曜日 10:00~21:00
日祝日 10:00~19:00

ジム24時間営業 ※木曜日はノースタッフデー

レッスンの途中入場・途中退場はご遠慮ください。チケット制レッスンは開始15分前よりフロントにて配布いたします。