

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

2024年2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32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 YUKO |
| | | NEW | | NEW 定員28名 | | |
| 11:45~12:30 サルセーション 松田 | 11:30~12:15 ZUMBA NARU | 11:30~12:15 MEGADANZ YUKA | | 11:45~12:30 美BODY easy 岡本 | 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 |
| | | | | NEW | | |
| 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 | | 12:50~13:35 MEGADANZ 鍋島 | 12:45~13:30 HIP-HOP AKIHIDE | 12:45~13:30 HIP-HOP 家迫 |
| | | | | 時間変更 | | |
| | | | | 時間変更 | 13:50~14:35 エアロ初級 中尾 | |
| 19:15~20:15 ヨガ 家迫 | 19:00~19:45 ピラティス YUKO | 19:15~20:00 HIP-HOP 家迫 | | 19:15~20:00 エアロ初級 河野 | | |
| NEW | | NEW 定員22名 | | 時間、担当者変更 | | |
| 20:30~21:15 ZUMBA YUKARI | 20:00~20:45 ZUMBA AKIHIDE | 20:15~21:00 BODYPUMP45 澤田 | 20:15~21:00 BODYPUMP45 河野 | 定員22名 | | |
| | 21:00~21:45 BODYCOMBAT45 AKIHIDE | NEW | | | | |
| | | 21:15~22:00 BODYCOMBAT45 澤田 | | | | |

Instagram: ISPORTS.OFFICIAL

LINE: 曾根店

FITNESS CLUB
Strong, Smart, Beautiful.
machi gym studio exercise

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。