









アイススポーツ日明店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2022年11月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日						
10:00 ▶	定員35名	定員35名	定員35名	ノースタッフデー (セルフ利用)	定員35名	定員35名	定員35名						
11:00 ▶	10:30~11:30 ヨガ60 家迫	10:30~11:30 ヨガ60 森下	10:30~11:30 ヨガ60 山秀		10:45~11:30 初級エアロ 三井	10:30~11:30 ヨガ60 岡本	10:30~11:15 美ボディコンディショニング 岡本						
12:00 ▶	定員30名	定員35名	定員35名		定員35名	定員35名	定員35名						
12:00 ▶	11:45~12:30 BODYPUMP 石橋	11:45~12:30 ZUMBA YUKARI	11:45~12:30 ダンスフィットネス 深瀬		11:45~12:30 BODYCOMBAT よつもと	11:45~12:30 中級エアロ 河野	11:50~12:35 中級エアロ 奥永						
13:00 ▶	定員35名	定員35名	定員35名		定員35名	定員30名	定員35名						
13:00 ▶	12:45~13:30 中級エアロ 奥永	12:45~13:30 初中級エアロ 河野	12:45~13:30 初中級エアロ 中尾		12:45~13:30 中級エアロ 中尾	12:45~13:30 BODYPUMP ★⇒HP・掲示をご確認下さい	12:50~13:35 BODYCOMBAT 藤瀬						
14:00 ▶	定員35名	定員35名	定員35名										
14:00 ▶	13:45~14:30 ピラティス 山秀	13:45~14:30 初中級STEP 河野	13:45~14:30 HIP-HOP 家迫										
15:00 ▶													
16:00 ▶	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%; background-color: red; color: white; padding: 5px;"> <p>感染予防の為、 以下の内容を実施して頂きます。 ご協力をお願いいたします。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・感染防止の為、参加者全員『マスク類の着用』をお願いします。 ・換気と消毒の為、レッスンは15分間隔を空けております。 ・参加者の間隔確保の為、人数制限を設けております。 ・チケット制にしております。 ・発熱、咳の症状がみられる方は退室して頂く場合があります。 </div> <div style="width: 65%;"> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>体調管理 37.5度以上 発熱した時は ご来館自体を 控えて下さい。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>マスク着用 マスク着用を お願いします。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>手指衛生 手指・器具は 使用前後に 消毒を お願いします。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>間隔確保 社会的距離を 保ってください。</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>館内換気 レッスンの前後に 窓を開け、 換気をしています。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>飛沫回避 発声や盛りあげ 行為は禁止です。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>接触回避 ハイタッチなどの 接触を禁止します。</p> </div> </div> </div> </div>												
17:00 ▶													
18:00 ▶													
19:00 ▶								定員35名	定員30名	定員35名		定員35名	
19:00 ▶	19:15~20:00 リカバリストレッチ 八木	19:15~20:00 BODYPUMP 石橋	19:00~19:45 RITMOS 狭間	19:15~20:00 BODYCOMBAT 藤瀬									
20:00 ▶	定員35名	定員35名	定員35名	NEW 定員35名									
20:00 ▶	20:15~21:15 ZUMBA60 MAYUKO	20:15~21:00 中級エアロ 中尾	20:00~20:45 ヨガ 岡本	20:15~21:00 ピラティス 山秀									
21:00 ▶			定員35名		定員35名								
21:00 ▶			21:00~22:00 BODYCOMBAT60 藤瀬		21:15~22:00 初中級エアロ 河野								
22:00 ▶													

レッスンの途中入場・途中退場はご遠慮ください。チケットはレッスン開始15分前より2Fスタジオ前にて配布致します。開始10分前より入室下さい。

FITNESS CLUB
Strong, Smart, Beautiful.
machine gym studio concept

fitness club
isPORTS
日明店

小倉北区日明3丁目7-7
TEL: 093-562-3377

—通常営業時間—
平日 10:00~23:00
土曜日 10:00~21:00
日祝日 10:00~19:00

—セルフ利用時間—
月曜~日曜(ジムエリアのみ)
24時間営業・年中無休
※木曜日/ノースタッフデー