



# アイススポーツ折尾店 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 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  | 【ノースタッフデー】   |  |  |
| 11:00 ▶ | 10:30~11:30<br>やさしいピラティス<br>鶴     | 10:30~11:30<br>ヨガ<br>増淵        | 10:15~11:00<br>ピラティス<br>森下          | 10:30~11:30<br>ボールコンディショニング<br>森 |  | 10:30~11:15<br>ヨガ<br>大場  | 10:45~11:30<br>ZUMBA<br>AKIHIDE        |
| 12:00 ▶ | 11:45~12:30<br>初中級エアロ<br>河野       | 11:45~12:30<br>初級エアロ<br>NARU   | 11:30~12:15<br>RITMOS<br>岡          | 11:45~12:30<br>初中級エアロ<br>奥永      |  | 11:30~12:15<br>ピラティス<br>岡村   | TICKET<br>↑折尾店会員優先<br>定員40名            |
| 13:00 ▶ | 12:45~13:30<br>ZUMBA<br>AKIHIDE   | 12:45~13:30<br>ZUMBA<br>NARU   | 12:30~13:15<br>ZUMBA<br>石丸          | 12:45~13:30<br>ZUMBA<br>奥永       |  | 12:30~13:15<br>初中級エアロ<br>狭間  | 12:00~12:45<br>BODYCOMBAT45<br>AKIHIDE |
| 14:00 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  |  | 13:30~14:15<br>RITMOS<br>狭間  | 13:30~14:30<br>ヨガ<br>春日                |
| 15:00 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  |  |  |  |
| 16:00 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  |  |  |  |
| 17:00 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  |  |  |  |
| 18:00 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  |  |  |  |
| 19:00 ▶ | 19:15~20:15<br>ヨガ<br>春日           | 19:15~20:00<br>初級エアロ<br>MAYUKO | 19:15~20:00<br>BODYPUMP45<br>樋口     | 19:15~20:00<br>初級エアロ<br>狭間       | <br><b>LINE 公式アカウント</b><br><br>クラス・担当者の変更は、<br>ホームページ・LINEにて<br>ご案内しております。 | fitness club<br><b>isPORTS</b> 折尾店<br>〒807-0873 北九州八幡西区藤原 1-4-18<br>TEL : 093-695-0880<br>- 営業時間 -<br>24時間営業/年中無休<br>- スタッフアワー -<br>平日・土曜 10:00~15:00/17:00~21:00<br>日曜・祝日 10:00~19:00<br>※上記時間以外はスタッフ不在です。<br>※金曜はノースタッフデーです。<br>※祝日は19時以降のクラスは実施致しません。 |  |
| 20:00 ▶ | 20:30~21:15<br>BODYCOMBAT45<br>樋口 | 20:15~21:00<br>ZUMBA<br>MAYUKO | 20:15~21:00<br>BODYCOMBAT45<br>MAYU | 20:15~21:00<br>RITMOS<br>狭間      |  |  |  |
| 21:00 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  |  |  |  |
| 22:00 ▶ |                                   |                                |                                     |                                  |  |  |  |

**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。**

- クラス参加の際は、参加者名簿に氏名、もしくは会員No.をご記入ください。
- 換気、清掃の為、レッスンは15分の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。
- ZUMBAのみチケット制。開始30分前に階段下にて整列となります。
- 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。
- スタジオ参加者の方は【マスク着用が義務】となります。



**体調管理**  
発熱時の施設利用はご遠慮ください。



**マスク着用**  
ご利用中はマスク着用をお願いします。



**手指衛生**  
手指・器具のアルコール消毒をお願いします。



**間隔確保**  
適度な距離を保ってください。



**館内換気**  
レッスン前後扉を開け、換気を実施。



**飛沫回避**  
大声や盛上げ行為は禁止です。



**接触回避**  
ハイタッチなどの接触を禁止します。

レッスンの途中入退場はご遠慮ください。ZUMBAはチケット制です。レッスン開始30分前より階段下フロアにて整列お願い致します。