


# 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

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
定員30名 10:30~11:30 リラクゼーションヨガ 森下	定員30名 10:30~11:15 エアロ初級 鍋島	担当者変更/定員30名 10:30~11:15 エアロ初級 NARU	ノースタッフ セルフ利用	定員30名 10:30~11:30 カラダメンテナンス 岡本	定員30名 10:30~11:30 健康体操 瀬口	定員30名 10:30~11:30 やさしいピラティス 森下
定員30名 11:45~12:30 サルゼーション 松田	定員22名 11:30~12:15 ステップ初級 永谷	定員30名 11:30~12:15 BODYCOMBAT45 よつもと		定員30名 11:45~12:30 RITMOS OKA	定員30名 11:45~12:30 ZUMBA AKIHIDE	定員30名 11:45~12:30 ペルビックストレッチ 中村
定員30名 12:45~13:30 HIP-HOP yu-na	定員30名 12:30~13:30 ヨガ 岡本	定員30名 12:30~13:15 コアコンディショニング 八木		定員30名 12:45~13:30 リカバリーストレッチ 八木	定員30名 12:45~13:30 HIP-HOP AKIHIDE	定員30名 12:45~13:30 HIP-HOP 家迫

※11月より定員数を30名に変更します。(ステップ、BODYPUMPを除く)


**感染予防の為、以下の内容を実施させていただきます。ご協力をお願いいたします。**




**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。




**マスク着用**  
マスク着用をお願いします。



**手指衛生**  
手指・器具は使用前後に消毒をお願いします。



**間隔確保**  
社会的距離を保ってください。



**接触回避**  
ハイタッチなどの接触を禁止します。

- ・換気と消毒の為、レッスンは15分以上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。
- ・チケット制にしております。開始15分前にフロントで配布致します。
- ・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。

定員30名 19:15~20:15 ヨガ 家迫	クラス変更/定員30名 19:15~20:00 ZUMBA AKIHIDE	定員30名 19:15~20:00 RITMOS OKA	 Instagram ISPORTS_OFFICIAL   LINE	定員30名 19:00~19:45 エアロ初級 河野	FITNESS CLUB Strong.Smart.Beautiful. fitness club <b>ISPORTS</b> 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 10:00~23:00 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
定員30名 20:30~21:15 BODYCOMBAT45 ★	定員30名 20:15~21:00 BODYCOMBAT45 AKIHIDE	定員30名 20:15~21:00 HIP-HOP 家迫		クラス変更/定員22名 20:00~21:00 BODYPUMP60 石橋	
定員30名 21:15~22:00 ヨガ 家迫		定員30名			

担当者は館内掲示をご確認下さい。

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。