


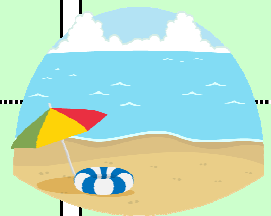
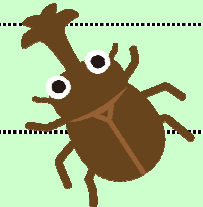
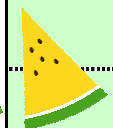


アイスポーツ日明店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2024年8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 (セルフ利用)			
11:00 ▶	10:45~11:45 ヨガ60 白水	10:30~11:30 ヨガ60 森下	10:30~11:30 ヨガ60 山秀		NEW 10:45~11:30 初級エアロ YUKA	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 ▶	12:00~12:45 BODYCOMBAT 本田	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 ピラティス 森下	11:45~12:30 中級エアロ 河野	12:00~12:45 中級エアロ 奥永
13:00 ▶	13:15~14:15 ピラティス60 山秀	12:45~13:30 初中級STEP 河野 ※定員30名	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 井手 ※定員30名	13:15~14:00 RITMOS 山崎
14:00 ▶	14:30~15:15 HIP-HOP YU-NA	13:45~14:30 BODYPUMP 河野	13:45~14:30 初中級STEP 中尾		13:45~14:30 HIP-HOP 家迫	13:45~14:30 BODYCOMBAT 本田	
15:00 ▶							
16:00 ▶							
17:00 ▶							
18:00 ▶							
19:00 ▶	19:00~19:45 UBOUND 井手	19:00~19:45 BODYCOMBAT 平川/本田	19:00~19:45 RITMOS 狭間	・急な代行案内 ・前日までにHPへ 記載のない代行案内  @ISPORTS.HIAGARI07 上記2点のみこちらのインスタで お知らせをしています	19:00~19:45 ZUMBA MAYUKO	代行・休講等はHPにてご確認をお願い致します。	
20:00 ▶	20:05~20:50 ZUMBA KAORI	20:00~21:00 中級エアロ 中尾	20:00~20:45 ヨガ 岡本		20:00~20:45 BODYCOMBAT MAYU 定員30名	 Strong, Smart, Beautiful. make your smile bigger.	
21:00 ▶		21:15~22:15 ヨガ 白水	21:00~22:00 BODY COMBAT60 藤瀬		21:00~21:45 BODYPUMP 井手/山田	 小倉北区日明3丁目7-7 TEL: 093-562-3377	
22:00 ▶					スタッフアワー 平日土曜 10:00~15:00 17:00~21:00 日祝日 10:00~19:00		



レッスンの途中入場・途中退場はご遠慮ください。