

# アイスポーツ折尾店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2024年10月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00 ▶					<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">ノースタッフデー (セルフ利用)</p>		
11:00 ▶	10:30~11:30 ヨガ60 倉田	10:30~11:30 ヨガ60 増淵	10:15~11:00 ヨガ 森下	10:30~11:30 1,3週 ボールヨガ イヨニング 2,4週 リセットストレッチ 森		10:15~11:15 ピラティス60 岡村	10:15~11:15 ヨガ60 森下
12:00 ▶	11:45~12:30 BODYPUMP 河野	11:45~12:30 HIP-HOP YUNA	11:15~12:00 BODYCOMBAT 藤瀬	11:45~12:30 初中級エアロ 奥永		11:30~12:15 初中級エアロ 狭間	11:30~12:15 ZUMBA AKIHIDE
13:00 ▶	12:45~13:30 ZUMBA AKIHIDE	12:45~13:30 ピラティス 森下	12:15~13:00 BODYATTACK 石丸	12:45~13:30 ZUMBA 奥永		12:30~13:15 RITMOS 狭間	12:30~13:30 BODYPUMP60 AKIHIDE
14:00 ▶	13:45~14:30 背骨コンディショニング AKIHIDE	13:45~14:30 ZUMBA KANA	13:15~14:00 BODYBALANCE 倉田			13:30~14:30 ニーマルヨガ60 大場	
15:00 ▶							
16:00 ▶							
17:00 ▶							
18:00 ▶							
19:00 ▶	19:00~19:45 BODYCOMBAT 藤瀬	19:15~20:00 BODYATTACK NARU	19:15~20:00 やさしいピラティス 鶴	19:00~19:45 初級エアロ 狭間			
20:00 ▶	20:00~21:00 ZUMBA60 MAYUKO	20:15~21:00 BODYBALANCE 鶴	20:15~21:00 BODYCOMBAT MAYU	20:00~20:45 RITMOS 狭間			
21:00 ▶	21:15~22:15 ヨガ60 白水		<b>NEW</b> 21:15~22:00 BODYPUMP 高山	<b>NEW</b> 21:00~21:45 ヨガ 白水			
22:00 ▶							



クラス・担当者の変更は、  
ホームページ・LINEにて  
ご案内しております。

FITNESS CLUB  
Strong, Smart, Beautiful.

**fitness club**  
**isPORTS**  
折尾店

北九州市八幡西区藤原1-4-18  
TEL: 093-695-0880

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

24時間営業・年中無休  
※金曜日/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。