

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30名 10:30~11:30 美ューティBodyWave ATSUKO	10:00 定員30名 10:30~11:30 シェイエアロ 古村昌子	10:00 定員30名 10:30~11:30 奇数週 チューニング~調え~偶数週 ベルピックバランス New!! YOSHIE	10:00 定員30名 10:45~11:45 TEC+LESMILLS PILATES /YOGA 山内/宇留鷺	10:00 定員30名 12:00~12:45 ZUMBA 60 ATSUKO	10:00 定員30名 12:30~12:45 バレトン 上重里絵	10:00 定員30名 11:30~12:15 バランスコーディネーション 大野幸江
11:00 定員25名 11:45~12:45 ZUMBA 60 ATSUKO	11:00 定員25名 11:45~12:30 やさしいストレッチ 木村文子	11:00 定員30名 12:45~13:20 ZUMBA 宇留鷺純美子	11:00 定員30名 12:30~13:20 かんたんエアロ 屋嘉部めぐみ	11:00 定員30名 13:00~14:00 ベーシックエアロ 60 Hori	11:00 定員30名 12:45~13:45 YOGA 大野幸江	11:00 定員30名 12:30~13:15 STEP~初級 大野幸江
12:00 定員30名 13:00~14:00 ベーシックエアロ 60 Hori	12:00 定員30名 13:45~14:30 Enjoyエアロ Kazu	12:00 定員30名 13:30~14:30 骨盤下筋エクササイズ 屋嘉部めぐみ	12:00 定員30名 14:00~14:30 LESMILLS DANCE /SANA	12:00 定員30名 13:00~14:00 ベーシックエアロ 60 Hori	12:00 定員30名 14:00~15:00 BODYCOMBAT 60 MURA	12:00 定員30名 13:30~14:30 YOGA Hori
13:00 定員30名 14:15~15:15 YOGA 伊藤千佳子	13:00 定員30名 14:45~15:15 STEP入門 /Kazu				13:00 定員30名 15:15~15:50 LESMILLS SHAPES 35/mura'	13:00 定員30名 15:00~16:00 BODYPUMP 60 五十嵐
14:00 定員30名 15:00~15:15 YOGA 伊藤千佳子					14:00 定員30名 16:05~16:50 ZUMBA SANA	14:00 定員30名 16:15~17:00 隔週LESMILLS 45 五十嵐
15:00 定員30名 16:00 12月29日(月)祝日営業 夜のスタジオは休講 12月30日(火)~1月3日(土)ノースタッフデー スタジオ休講 1月 4日(日)~通常営業 スタジオプログラム通り 2026年も皆様が気持ちよくご利用いただける施設づくりに 努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします！	16:00 12月29日(月)祝日営業 夜のスタジオは休講 12月30日(火)~1月3日(土)ノースタッフデー スタジオ休講 1月 4日(日)~通常営業 スタジオプログラム通り 2026年も皆様が気持ちよくご利用いただける施設づくりに 努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします！					
19:00 定員30名 19:00~19:45 BODYPUMP 45 三浦智子	19:00 定員25名 19:00~19:45 身体調整ストレッチ 寺田佳信	19:00 定員30名 19:00~19:45 BODYATTACK 45 山内	19:00 定員30名 19:00~19:45 ベーシックエアロ Kazu	19:00 定員30名 20:00~20:45 BODYATTACK 45 三浦智子	19:00 定員30名 20:00~20:45 STEP~中級 古村昌子	19:00 定員30名 20:00~20:45 YOGA SANA
20:00 定員30名 20:00~20:45 BODYATTACK 45 三浦智子	20:00 定員30名 20:00~20:45 STEP~中級 古村昌子	20:00 定員30名 20:00~20:45 BODYCOMBAT 45 山内	20:00 定員30名 20:00~20:45 BODYCOMBAT 45 菊地	21:00 定員30名 21:00~21:45 BODYCOMBAT 45 菊地	21:00 定員30名 21:00~21:45 LESMILLS 45 山内	21:00 定員30名 21:00~21:45 LESMILLS DANCE 45 SANA
21:00 定員30名 21:00~21:45 BODYCOMBAT 45 菊地	21:00 定員30名 21:00~21:45 LESMILLS 45 山内	21:00 定員30名 21:00~21:45 LESMILLS CORE 45 菊地		21:00 定員30名 21:00~21:45 LESMILLS CORE 45 菊地		
22:00 奇数週:LESMILLS CORE 偶数週:LESMILLS PILATES						

- 整理券はレッスン開始30分前に配布致します整理券番号と同じ位置でご準備ください
- レッスンの途中入場は大変危険の為ご遠慮ください
- 都合により急なレッスンの変更、休講となる場合がございます
- 祝日営業日の夜のレッスンは休講となります。

# スタジオ休講日

代行のお知らせは  
館内掲示板  
ホームページ  
公式ラインアプリ  
でご確認ください

LINE 著者名: お知らせ



fitness club  
iSPORTS

Instagram



fitness club  
iSPORTS  
守谷店

茨城県守谷市御所ヶ丘  
3-11-1  
TEL:0297-44-6611

—受付時間—  
平日・土曜日 10:00~15:00  
17:00~21:00  
日祝日 10:00~18:00  
※毎週金曜日ノースタッフデー