


アイススポーツ行橋店 スタジオプログラム タイムスケジュール

2026年4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 (ジムエリアのみ営業)		
11:00 ▶	10:45~11:30 エアロ初級 MAYUKO	10:30~11:30 ヨガ 岡本	10:45~11:30 MEGADANZ 鍋島	↓定員18名↓ 10:30~11:15 ステップ初級 井上		10:30~11:15 MEGADANZ 三井	10:30~11:30 ヨガ SAORI
12:00 ▶	11:45~12:30 HIPHOP 家迫	11:45~12:30 エアロ初級 三井	11:45~12:45 ヨガ 井上	11:30~12:30 ピラティス 松田		11:30~12:30 パワーヨガ NAOKO	11:45~12:15 ファイトボックス 浜村
13:00 ▶	12:45~13:45 ヨガ 家迫	12:45~13:30 ファイトボックス 浜村	13:00~13:45 エアロ初級 井上	12:45~13:30 エアロ初級 鍋島		12:45~13:45 HIPHOP60 家迫	12:30~13:15 美BODY 岡本
14:00 ▶	14:00~15:00 ZUMBA KIMIKO						13:30~14:30 カラダメンテナンス 岡本
15:00 ▶							
16:00 ▶							



始動

夏BODY計画

4月から始める、夏のカラダ。

POINT
スタジオプログラムの利点

- グループレッスンなので、お互いに刺激を受ける。
- 専門性の高い運動が実地できる。
- ウォーキング以上の有酸素効果が期待できるものも。
- 決まった時間内で行うので一人でやるよりも運動効果が上がります！
などなど、たくさんのメリットがあります！

19:00 ▶	19:00~20:00 ピラティス YUKO	19:15~20:00 バランスコーディネーション YUKARI	8日22日:太極舞 1日15日:ピラティス 19:15~20:00 太極舞/ピラティス 瀧	19:00~20:00 ヨガ 佐々木
20:00 ▶	20:15~21:00 ZUMBA MAHO	20:15~21:15 ZUMBA YUKARI	20:15~21:00 エアロ初級 瀧	20:15~21:00 HIPHOP 佐々木
21:00 ▶				



LINE
@xnS4187n



Instagram
SPORTS.OFFICIAL

FITNESS CLUB
Strong.Smart.Beautiful.
machine gym studio exercise

iSPORTS 24 行橋店

24 hours machine gym fitness

行橋市行事2-21-10
TEL:0930-26-3788
—スタッフアワー—

平日 10:00~21:00
土曜日 10:00~21:00
日祝日 10:00~19:00

ジム24時間営業/年中無休 ※金曜日はノースタッフデー
※祝日は19時以降のクラスはありません。

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(一部例外あり)よりフロントにて配布いたします。