




アイスポーツ武雄店 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 ▶				休館日			
11:00 ▶	10:30~11:30 エアロ&リラックス 西村	10:25~11:15 初級エアロ 坂井	10:30~11:30 太極舞 久野		10:30~11:30 フラダンス 東内	10:45~11:30 ステップ RIE	10:20~11:20 Sintex® 森田
12:00 ▶	11:45~12:45 リセットボール TOMOKO	11:30~12:30 Sintex® CHINATSU	11:45~12:45 セラピーヨガ SHIHO		11:45~12:45 ヨガ TOMOKO	11:45~12:30 BODYCOMBAT YUUKO	11:35~12:35 ZUMBA® 森田
13:00 ▶	13:00~14:00 ヨガ&ピラティス RIKA	12:45~13:45 ZUMBA® CHINATSU	13:00~14:00 ヨガ 古川		13:00~13:45 コアダンス TOMOKO	12:45~13:45 ヨガ SHIHO	12:50~13:20 LESMILLS CORE rika
14:00 ▶							NEW 13:35~14:20 BODYATTACK rika
15:00 ▶							
16:00 ▶	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>NEW PROGRAM</p> <p>LESMILLS</p> <p>BODYATTACK</p> </div> <div style="width: 40%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○運動能力の向上 ○全身の引き締め ○体力アップ <p>ランニングやランジ、ジャンプ、プッシュアップ、スクワットなどの筋カトレーニングを組み合わせた全身ワークアウト。</p> </div> </div>						
17:00 ▶							
18:00 ▶							
19:00 ▶	週替りレッスン↓ 19:15~20:00 6.20日/BODYCOMBAT/YUUKO 13.27日/BARBELL TR/北	週替りレッスン↓ 19:00~20:00 7.21日/ヨガ 14.28日/リフレッシュボール TOMOKO	19:00~20:00 BODYCOMBAT ERI	 Instagram  LINE 公式LINE	19:00~20:00 ZUMBA® CHINATSU		 fitness club iSPORTS 武雄店 武雄市武雄町大字永島 18223番2 TEL:0954-26-8181 —営業時間— 平日 10:00~23:00 土曜日 10:00~21:00 日祝日 10:00~19:00 ※休館日/毎週木曜日
20:00 ▶			20:15~21:15 ヨガ 森田		20:15~21:15 ZUMBA® 志岐	20:15~21:15 ヨガ 古川	
21:00 ▶		20:15~21:00 7.14.28日/LESMILLS CORE 21日/コアトレ rika					
22:00 ▶		NEW 21:15~22:00 BODYATTACK rika					

レッスンの途中入場・途中退場はご遠慮ください。