アイスポーツ陣原店　スタジオプログラム タイムスケジュール

2026年9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	10：45～11：30 エアロ初中級 奥永	10：45～11：30 ステップ中級 河野	10：45～11：30 ZUMBA AKIHIDE		10：30～11：30 ヨガ AKI	10：45～11：30 エアロ中級 中尾	10：45～11：30 エアロ初中級 狭間
	↑チケット配布　10：15	↑チケット配布　10：15	↑チケット配布　10：15		↑チケット配布　10：00	↑チケット配布　10：15	↑チケット配布　10：15
12:00	11：45～12：45 やさしいピラティス 鶴	11：45～12：45 エアロ中級60 中尾	11：50～12：50 ピラティス 森下		11：45～12：30 エアロ初級 奥永	11：45～12：30 MEGADANZ 中尾	11：45～12：30 RITMOS 狭間
	↑チケット配布　11：15	↑チケット配布　11：15	↑チケット配布　11：20		↑チケット配布　11：15	↑チケット配布　11：15	↑チケット配布　11：15
13:00	12：55～13：40 HIP-HOP TAKAYOSHI	13：00～14：00 ヨガ 大場	13：05～13：50 MEGADANZ 田口		12：45～13：30 エアロ中級 奥永	12：45～13：30 ボディバーン 井手	12：45～13：45 リラクゼーションヨガ 森下
	↑チケット配布　12：25	↑チケット配布　12：30	↑チケット配布　12：35		↑チケット配布　12：15	↑チケット配布　12：15	↑チケット配布　12：15
14:00	13：50～14：35 ZUMBA 河野					13：45～14：45 ヨガ TAKAKO	
	↑チケット配布　13：20					↑チケット配布　13：15	
15:00	3本目以降より 10分間隔へ変更						初心者おすすめ！ 筋トレクラス
19:00	19：00～20：00 リフレッシュピラティス AKI	19：15～20：00 ZUMBA 河野	19：15～20：00 ステップ中級 中尾		初心者おすすめ！ 19：00～19：45 ヨガ45 佐々木		
	↑チケット配布　18：30	↑チケット配布　18：45	↑チケット配布　18：45		↑チケット配布　18：30		
20:00	20：15～21：00 ボディバーン 井手	20：15～21：00 DANCE FIT TAKAYOSHI	20：15～21：00 エアロ中級 中尾		20：15～21：00 ステップ中級 奥永		
	↑チケット配布　19：45	↑チケット配布　19：45	↑チケット配布　19：45		↑チケット配布　19：45		
21:00	21：15～22：00 JUMPIG　EXERCISE 井手	初心者おすすめ！ ダンスクラス	21：15～22：00 隔週レッスン 井手	1.3週目ボディーバーン 2.4週目ジャンピング	21：15～22：00 エアロ初中級 奥永		
22:00	↑チケット配布　20：45		↑チケット配布　20：45		↑チケット配布　20：45		

fitness club iSPORTS 陣原店

八幡西区穴生4丁目10-2
TEL:093-642-3388

―スタッフ滞在時間 ―

平日　10:00～15:00
　　17:00～21:00
※15:00～17:00はノースタッフとなります

土曜日・日曜日・祝日　10:00～18:00
※木曜日はノースタッフデイとなります

レッスンの途中入場・途中退場はご遠慮ください。参加チケットは開始30分前に配布いたします。