



イオンモール広島祇園店 icca program schedule

| Mon. | Tue. | Wed. | Thu. | Fri. | Sat. | Sun. |
|-------------------|-------------------|-------------------|--------------------|-------------------|-------------------|--------------------|
| 10:30-11:40 田中 | 10:00-11:10 田中 | 10:00-11:10 田中 | 11:00-12:10 二反田 | 10:30-11:40 田中 | | 9:50-11:00 岡本 |
| | 11:30-12:40 玉本 | 11:30-12:40 岡本 | 14:00-15:10 二反田 | 12:00-13:10 田中 | 13:30-14:40 富田 | 11:20-12:30 岡本 |
| | | | | 14:00-15:10 富田 | 16:00-17:10 岡本 | 15:30-16:40 二反田 |
| 19:15-20:25 岡本 | 19:00-20:10 富田 | | 19:30-20:40 二反田 | 19:30-20:40 岡本 | | |


◇iccaマシンピラティスについて◇

- ◆icca会員専用 ◆女性専用 ◆場所 2F iccaマシンピラティススタジオ
- ◆事前予約制 ◆定員5名 ◆入場 15分前から可能
- ◆担当者 男性IR 女性IR ◆持ち物 靴下 (滑り止め付)

◆クラス内容

-  BASIC (基礎習得)
-  CORE&HIP (基礎+体幹強化と引き締め)

※マイページからご予約ください



| | |
|-------------------|---------|
| 更新月 | 2026年7月 |
| ※変更があればお知らせいたします。 | |