



produced by
GUNZE SPORTS

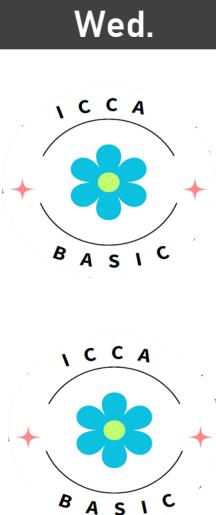
2026.2 icca program schedule

Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
<p>10:30~11:40</p> <p>井上</p>						



休館日

<p>14:30~15:40</p> <p>藤本※男性IR</p>



<p>10:30~11:40</p> <p>井上</p>

<p>10:20~11:30</p> <p>田中</p>

ようこそグンゼスポーツの iccaへ！
まずはスタートの2月はベーシッククラスで一緒に
マシンピラティスに慣れていきましょう！

<p>13:10~14:20</p> <p>鈴木</p>

<p>13:30~14:40</p> <p>山口※男性IR</p>

<p>14:00~15:10</p> <p>田中</p>

おとな女性の、ケアするピラティス



グンゼスポーツ吹田健都

◊iccaマシンピラティスについて◊	
◆icca会員専用	◆女性専用
◆事前予約制	◆定員5名
◆クラス内容	
BASIC (基礎習得)	
CORE&HIP (基礎+体幹強化と引き締め)	
◆場所	健都スタジオ
◆予約・キャンセル	レッスン開始3時間前まで
◆入場開始	レッスン開始15分前～
◆次月プログラム予約開始	毎月25日0:00～ マイページより予約をお取りください
◆参加繰越	利用回数の翌月繰越は出来かねます
◆持ち物	靴下（滑り止め付）
※担当者、時間、内容が変更する場合がございます。予めご了承ください。	