

Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
10:30~11:40  寺坪	11:30~12:40  高島	10:30-11:40  横内	10:30~11:40  高島	12:00~13:10  高島	14:45-15:55  寺坪	12:00-13:10  居鶴
19:15~20:25  近藤 (男性)	18:10~19:10  金森	19:00-20:10  金森	13:30~14:40  横内	19:15-20:25  第1.3のみ 居鶴		14:00-15:10  第1.3居鶴 第2.4近藤 (男性)

◇iccamashinpilatesについて◇

休館日・・・毎月10日・20日・月末日
 9月21・22・23日は祝日営業

- ◆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)

- ◆場所・・・・・・・・・・・・iccasabustudio
 - ◆予約・キャンセル・・・・・・レッスン開始3時間前
 - ◆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
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。