



produced by
GUNZE SPORTS

2026.5 icca program schedule

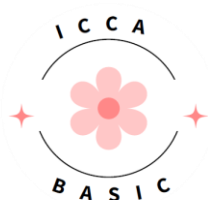
Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.
10:20-11:30 icca PILATES	10:20-11:30 icca PILATES	10:20-11:30 icca PILATES	10:20-11:30 icca PILATES	10:20-11:30 icca PILATES
12:30-13:40 icca PILATES	12:20-13:30 icca PILATES	12:30-13:40 icca PILATES	15:15-16:25 icca PILATES	15:15-16:25 icca PILATES

iccaマシンピラティスについて

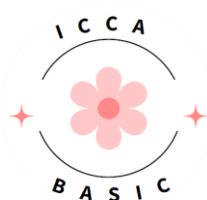
- ◆ icca会員・女性専用
- ◆ 事前予約制
- ◆ 定員5名
- ◆ クラス内容
すべてベーシッククラスとなります。
- ◆ 予約・キャンセル
プログラム当日10時まで
- ◆ 予約保有可能数
1人2枠
- ◆ 入場開始
プログラム開始15分前～
- ◆ 次月プログラム予約開始
毎月25日0:00～
- ◆ 参加繰越
利用回数の翌月繰越は出来かねます
- ◆ 持ち物
靴下（滑り止め付）

前月からの変更があるプログラム

18:20-19:30
icca PILATES



18:30-19:40
icca PILATES



19:15-20:25
icca PILATES

