



produced by
GUNZE SPORTS

2026.4 icca program schedule

Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.
10:20-11:30 icca PILATES	10:20-11:30 icca PILATES	12:30-13:40 icca PILATES	10:20-11:30 icca PILATES	11:30-12:40 icca PILATES
			15:15-16:25 icca PILATES	
18:20-19:30 icca PILATES		18:30-19:40 icca PILATES		19:15-20:25 icca PILATES



◇ 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

すべてベーシッククラスとなります。

- ◆ 場所……………Bスタジオ
- ◆ 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