

ティップネスグループエクササイズタイムスケジュール

都合によりスケジュールを変更させていただく場合がございます。

代行などのレッスン変更情報、祝日スケジュールの最新情報は施設内の掲示板もしくはPC、スマートフォン、モバイルから「iTiPNESS」へアクセスしてご確認ください。

9月21日(月) [祝日]

ティップネスグループエクササイズタイムスケジュール

塚口				武庫之荘				石橋阪大前				宝塚									
Aスタジオ		Bスタジオ		プール				Aスタジオ		Bスタジオ		Cスタジオ		プール		Aスタジオ		Bスタジオ		プール	
09:00																					
15	レッス参加には、スタジオオプションのご契約、または都度購入が必要です。 また、ITIPNESS よりご参加されたいレッスンのご予約をお願いします。																				
30																					
45																					
10:00																					
15																					
30	アクティブ ストレッチ 10:15～10:45 山本 尚子																				
45	予約																				
11:00																					
15																					
30	【MOVE BODY】 DANCE45 11:05～11:50 山本 尚子																				
45	予約																				
12:00																					
15																					
30	【祝日イベント】 MOVEBODY FIGHT45 ～remix～ 12:10～12:55 塚田 隆斗 梶村 友美																				
45	W 予約																				
13:00																					
15																					
30	【MOVE BODY】 POWER30 13:10～13:40 梶村 友美																				
45	予約																				
14:00																					
15																					
30	【施設貸出】 ビックルボール 14:00～15:00																				
45	有料																				
15:00																					
15																					
30																					
45																					
16:00	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30																				
15																					
30																					
45																					
17:00	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:35～17:35																				
15																					
30																					
45																					
18:00																					
15	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:40～18:40																				
30																					
45																					
19:00																					
■指定 … スタジオ指定クラスオプションをご契約、または都度購入の方がご参加いただける指定クラス。																					

都合によりスケジュールを変更させていただく場合がございます。

代行などのレッスン変更情報、祝日スケジュールの最新情報は施設内の掲示板もしくはPC、スマートフォン、モバイルから【ITIPNESS】へアクセスしてご確認ください。