


10月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

9日(月)			
9:00	スタジオ	ホットヨガ	アリーナ
10			9:00-12:00 エンジョイアリーナ 卓球 テニス バスケ バドミントン サッカー エスタ会員様は無料 エスタ会員外 一般のお客様 未就学児:無料 小・中学生:550円 高校生以上:1,100円 ご利用頂けます。
20			
30			
40			
50			
10:00		10:00-11:00	
10		ポディーメンテナンス ★	
20		Satomi	
30			
40			
50			
11:00	11:00-11:45	11:15-11:45	
10	 ZUMBA 山田	背骨コンディショニング/★ Satomi	
20			
30			
40			
50			
12:00	12:00-13:00		
10	 LaKunVa DANCE THERAPY		
20			
30			
40			
50			
13:00	ネデル	13:00-14:00	12:30-18:30 レンタルアリーナ
10	new 13:15-14:15	スローフロー ★	
20	インナービューティー ヨガ	小俣	
30			
40			
50			
14:00	あゆみ		
10			
20			
30			
40			
50			
15:00			
10			
20			
30			
40			
50			
16:00		16:00-17:00	
10		ホットアロマ ★	
20		川原	
30			
40			
50			
17:00			
10			
20			
30			
40			
50			
18:00			17:30-18:50
10			ソフトテニス 初級
20			
30			
40			
50			
19:00			

祝日営業時間
ジムフロア

9:00~18:30 (19:00閉館)