

2月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

12日(月)				23日(金)			
9:00	スタジオ	ホットヨガ	アリーナ	9:00	スタジオ	ホットヨガ	アリーナ
10			9:00-17:00	10			9:00-16:00
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
10:00			エンジョイアリーナ	10:00			エンジョイアリーナ
10		10:00-11:00	卓球 テニス バスケット	10			卓球 テニス バスケット
20		アロマリセットヨガ	バドミントン サッカー	20			バドミントン サッカー
30		★		30			
40	10:30-11:30			40		10:30-11:30	
50		Satomi		50			
11:00	エアロ		エスタ会員様は無料	11:00		朝ヨガストレッチ	エスタ会員様は無料
10		11:15-11:45		10	11:00-12:00	★	
20	KAYO	ヴィンヤサヨガ/★★		20		優子	
30		Satomi		30			
40			エスタ会員外	40			エスタ会員外
50			一般のお客様	50			一般のお客様
12:00	12:00-13:00		未就学児:無料	12:00	ひらい まさよ		未就学児:無料
10			小・中学生:550円	10			小・中学生:550円
20			高校生以上:1,100円	20			高校生以上:1,100円
30	ネデル		ご利用頂けます。	30	13:00-13:50	13:00-14:00	ご利用頂けます。
40		13:00-14:00		40	燃やせ脂肪	骨盤矯正	
50	13:15-14:15	ヒップストレッチヨガ	お子様のみのご利用は出来かねます。	50	初級	★	お子様のみのご利用は出来かねます。
14:00	インナービューティー	★★	同伴の保護者様も利用料は必要です。	14:00	荒木	hitomi	同伴の保護者様も利用料は必要です。
10		小俣		14:00			
20	KAYOKO			20	14:10-14:55		
30				30			
40				40	ルミ子		
50				50			
15:00				15:00			
10				10			
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
16:00		16:00-17:00		16:00		16:00-17:00	
10		スローフローヨガ		10		ホットピギナー	
20		★		20		★	
30				30			16:45-17:45
40				40			ジュニア体操
50				50			初級
17:00		JURI		17:00		あゆみ	許斐
10				10			
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
18:00			17:30-18:50	18:00			17:50-18:50
10			ソフトテニス	10			ジュニア体操
20			初級	20			中級
30				30			
40				40			
50				50			
19:00				19:00			許斐

祝日営業時間

ジムフロア

9:00~18:30 (19:00閉館)