

3月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

20日(水)			
	スタジオ	ホットヨガ	アリーナ
9:00			9:00-15:00 エンジョイアリーナ 卓球 テニス バスケットボール 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 にご利用頂けます。
10			
20			
30			
40			
50			
10:00			
10			
20			
30			
40			
50			
11:00		11:00-12:00	
10		ホットビギナー	
20		★	
30			
40			
50			
12:00		あゆみ	
10	12:00-12:45		
20	ポルドブラ		
30	平島		
40			
50			
13:00		12:50-13-50	
10	13:00-14:00	フローヨガ	
20	HIP HOP	★★	
30		川原	
40			
50			
14:00	島津		
10			
20	14:15-15:00		
30	 ZUMBA		
40			
50			
15:00	山田		
10			
20			
30			
40			
50			
16:00		16:00-17:00	15:40-16:40
10		ストレッチフロー	キッズ体操
20		★★	
30			許斐
40			
50			
17:00		小俣	16:45-17:45
10			ジュニア体操
20			初級
30			
40			許斐
50			
18:00			
10			
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)