

5月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

3日(金)				4日(土)			
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			9:00-18:30	10			9:00-18:30
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			卓球 テニス バスケット	10			卓球 テニス バスケット
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
11:00		10:30-11:30	バドミントン サッカー	11:00		10:30-11:30	バドミントン サッカー
10		ホットベーシック★		10		ホットビギナー★	
20	11:00~12:00	★	エスタ会員様は無料	20	10:40-11:40	★	エスタ会員様は無料
30	太極拳	優子		30	インナービューティー	ひろみ	
40				40	ヨガ		
50				50	青柳		
12:00	平井		エスタ会員外 一般のお客様	12:00		11:45-12:15	エスタ会員外 一般のお客様
10			未就学児:無料	10		ぶちヨガ30/★	未就学児:無料
20			小・中学生:550円	20		ひろみ	小・中学生:550円
30			高校生以上:1,100円	30			高校生以上:1,100円
40			ご利用頂けます。	40			ご利用頂けます。
50				50			
13:00	13:00-13:50			13:00			
10	初級エアロ			10	14:00-15:00	14:00-15:00	
20	荒木	14:00-15:00		20	ステップサーキット	リフレッシュヨガ	
30		★		30		★★	
40		ホットビギナー		40	松岡	石丸	
50		★		50			
14:00		あゆみ		14:00			
10	14:10-15:10			10	15:15-16:15		
20	ピラティス			20	ポールストレッチ&		
30				30	コンディショニング		
40				40	松岡		
50				50			
15:00	risa	16:30-17:30		15:00		16:30-17:30	
10		陰ヨガ★		10		ホットアロマ★	
20		★		20		★	
30		hitomi		30		hitomi	
40				40			
50				50			
16:00				16:00			
10				10			
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
17:00				17:00			
10				10			
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
18:00				18:00			
10				10			
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
19:00				19:00			

祝日営業時間

ジムフロア

9:00~18:30 (19:00閉館)