




5月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

5日(日)				6日(月)			
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		10:00-11:00	卓球 テニス バスケット	10		10:00-11:00	卓球 テニス バスケット
20		エナジーフロー	バドミントン サッカー	20		アロマリンパ	バドミントン サッカー
30		★★		30		★	
40	10:30-11:30	hitomi		40		Satomi	
50	インナービューティー			50			
11:00	ヨガ		エスタ会員様は無料	11:00	11:00-11:45		エスタ会員様は無料
10	Tomomi			10	 ZUMBA	11:15-11:45	
20				20	ルミ子	リラックスヨガ30/★	
30				30		Satomi	
40	11:45-12:30		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	 ZUMBA	12:00-13:00	未就学児:無料	12:00	12:00-13:00		未就学児:無料
10	清塘	ホットベーシック	小・中学生:550円	10	 LaKunva		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			ご利用頂けます。	30	ネデル	13:00-14:00	ご利用頂けます。
40		Tomomi		40		ホットベーシック	
50				50		★	
13:00				13:00		小俣	
10				10			
20				20		14:15-14:45	
30	14:15-15:00			30	14:30-15:30	ストレッチヨガ30/★	
40	初級エアロ			40	インナービューティー	小俣	
50	松岡			50	ヨガ		
15:00				15:00	あゆみ		
10				10			
20				20			
30				30			
40				40			
50				50			
16:00				16:00			
10		16:30-17:30		10			
20		ホットアロマ		20			
30		★		30			
40		hitomi		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)