

# 5月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

2日(月)				3日(火)										
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			9:20-15:20	10			9:20-15:20							
20				10:00~11:00				エンジョイアリーナ	20	エンジョイアリーナ				
30									卓球 テニス バスケ		30	卓球 テニス バスケ		
40											バドミントン サッカー		40	バドミントン サッカー
50													肩スッキリ ヨガ ★★ kumi	
10:00	ホットベーシック75	10:00	★★ KAYOKO											
10		11:00~11:45		インナービューティー ヨガ	★★ JURI ☺									
20						ZUMBA 山田	エスタ会員様は無料	エスタ会員様は無料						
30									11:20~11:50	THE SLOW リンパトレナージュ	森本 ☺			
40												太陽礼拝/★★ kumi	エスタ会員外 一般のお客様	エスタ会員外 一般のお客様
50	12:00~13:00		LaKunya DANCE THERAPY											
12:00		12:30~13:30		ホットアロマヨガ ★ JURI	小・中学生:550円									
10						13:00~14:00	エスタ会員外 一般のお客様	エスタ会員外 一般のお客様						
20									13:15~14:15	13:45~14:45	ZUMBA ★コラボ★ 麻植&山口			
30												インナービューティー ヨガ	高就学児:無料	高就学児:無料
40	KAYOKO		小・中学生:550円											
50		14:30~15:10		ピラティス kana	高校生以上:1,100円									
13:00						16:00~17:00	デトックスヨガ ★ Tomomi	高校生以上:1,100円						
10									17:00		でご利用頂けます。			
20												18:00		でご利用頂けます。
30														
40					でご利用頂けます。									
50								でご利用頂けます。						
14:00											でご利用頂けます。			
10														でご利用頂けます。
20														
30					でご利用頂けます。									
40								でご利用頂けます。						
50											でご利用頂けます。			
15:00														でご利用頂けます。
10														
20					でご利用頂けます。									
30								でご利用頂けます。						
40											でご利用頂けます。			
50														でご利用頂けます。
16:00														
10					でご利用頂けます。									
20								でご利用頂けます。						
30											でご利用頂けます。			
40														でご利用頂けます。
50														
17:00					でご利用頂けます。									
10								でご利用頂けます。						
20											でご利用頂けます。			
30														でご利用頂けます。
40														
50					でご利用頂けます。									
18:00								でご利用頂けます。						
10											でご利用頂けます。			
20														でご利用頂けます。
30														
40					でご利用頂けます。									
50								でご利用頂けます。						
19:00											でご利用頂けます。			

祝日営業時間

ジムフロア

9:00~18:30 (19:00閉館)