

2月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

		11日(金)					23日(水)			
		スタジオ	ホットヨガ	アリーナ			スタジオ	ホットヨガ	アリーナ	
9:00					9:00					
10				9:20-15:20 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 ご利用頂けます。	10				9:20-15:20 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 ご利用頂けます。	
20			10:00							
30			10:15~11:15 ホットベーシック★		10					
40			JURI		20			10:30~11:30 ホットベーシック★		
50					30			kumi		
10:00		11:00~12:00 太極拳 ひらい まさよ		40						
10				50						
20				12:00			11:00~11:45 FIGHT DO 麻植			
30				10						
40				20			12:00~12:45 ポルドブラ 平島			
50				30						
12:00		12:15~13:15 フラダンス イザベル		40						
10				50						
20				13:00			13:00~14:00 HIP HOP 島津	12:50~13:50 ホットビギナー★		
30				10						
40				20						
50				30						
13:00		13:30~14:20 燃やせ脂肪初級 荒木	13:00~14:00 リラックスヨガ★ kumi	40						
10				50						
20				14:00			14:15~15:00 ZUMBA 山田			
30				10						
40				20						
50				30						
14:00				40						
10				50						
20				15:00						
30				10						
40				20						
50				30						
15:00				40						
10				50						
20				16:00						
30				10						
40				20						
50				30						
16:00				40						
10				50						
20				16:00~17:00 浮腫ケア★ 浮津				16:00~17:00 背面ケア★ 浮津		
30										
40				16:45~17:45 ジュニア体操(初級) 許斐					15:40~16:40 キッズ体操 許斐	
50										
17:00		16:45~17:45 4歳~小学4年生 ダンス 美々		16:45~17:45 ジュニア体操(初級) 許斐					16:45~17:45 ジュニア体操(初級) 許斐	
10										
20										
30										
40										
50										
18:00		17:50~18:50 小学5年~中学生 ダンス 美々		17:50~18:50 ジュニア体操(中級) 許斐						
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)