




5月 ゴールデンウィーク

スタジオ・ホットヨガ・アリーナスケジュール

		3日(日)					4日(月)		
		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				9:00-11:30 エンジョイアリーナ エスタ会員様は無料	9:00				9:00-12:00 エンジョイアリーナ エスタ会員様は無料
10					10				
20					20				
30					30				
40					40				
50					50				
10:00			10:00-11:00 ピラティ&ヨガ ★★	エスタ会員外 一般のお客様 未就学児:無料 小・中学生:550円	10:00		10:00-11:00 ポディーメンテナンス ★	エスタ会員外 一般のお客様 未就学児:無料 小・中学生:550円	
10					10				
20					20				
30		10:30-11:30		高校生以上:1,100円	30	10:20-11:05  ZUMBA			
40		インナービューティー ヨガ	Chie		40	ルミ子	Satomi		
50		Tomomi		ご利用頂けます。	50			高校生以上:1,100円	
11:00					11:00		11:15-11:45 フロアヨガ30/★ Satomi		
10					10				
20					20				
30					30				
40					40				
50					50				
12:00		11:45-12:30			12:00				
10		 ZUMBA	12:00-13:00	12:00-18:00	10	12:00-13:00			
20		清塘	ホットベーシック ★		20	 FIGHT DO			
30					30				
40					40				12:30-16:00
50					50				
13:00			Tomomi		13:00	山尾			
10					10				
20					20				
30					30				
40					40	13:15-14:15	13:00-14:00 ピラティス&ヨガ ★		
50					50	インナービューティー ヨガ	Chie		
14:00		14:00-15:00			14:00	kumi			
10		ルーシーダットン			10				
20		MIDORI			20				
30					30				
40					40				
50					50				
15:00					15:00				
10					10				
20					20				
30					30				
40					40				
50					50				
16:00					16:00				
10			16:00-17:00		10				
20			ホットアロマ ★		20				
30					30				
40					40				
50					50				
17:00			hitomi		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)