

7月 祝日スタジオ・ホットヨガ アリーナスケジュール

20日(月)					
9:00	スタジオ	ホットヨガ	アリーナ		
10 20 30 40 50			9:00-17:00 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 でご利用頂けます。		
10:00					
10 20 30 40 50	10:20-11:05  山田	10:00-11:00 ベーシックフローヨガ ★★ Satomi			
11:00		11:15-11:45 リラックスヨガ30/★ Satomi			
10 20 30 40 50					
12:00	12:00-13:00  ネデル			13:00-14:00 ホットベーシック ★ yoko	
10 20 30 40 50	13:15-14:15 インナービューティー ヨガ kumi				
14:00					
10 20 30 40 50					
15:00					
16:00					
10 20 30 40 50			17:30-18:50 ソフトテニス 初級		
17:00					
10 20 30 40 50					
18:00					
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)