

10月17日(金) 地方祭特別プログラム

8:00 OPEN

メイン STUDIO

マット STUDIO

8:00

8:00~9:00
有料ピンポン教室
講師: 檜垣 撤夫

9:00

10:00

10:10~10:55(45分)
ピラティス
(井上)

11:00

11:10~11:55(45分)
ZUMBA STEP
(尾崎)

12:00

12:10~12:55(45分)
ローインパクト
(尾崎)

13:00

13:10~14:10(60分)
バレエ
(板東/新垣)

14:00

14:25~15:10(45分)
ジャイロキネシス
(板東)

15:00

16:00

17:00

20:00 CLOSE

10月18日(土) 地方祭特別プログラム

8:00 OPEN

メイン STUDIO

マット STUDIO

8:00

9:00

10:00

11:00

11:10~12:10(60分)
ナチュラルムーブ
(鴻上)

12:00

12:25~13:25(60分)
リラックスヨガ
(後藤)

13:00

13:40~14:40(60分)
GROUP CENTERGY
(曾我)

14:00

15:00

15:00~18:00

フリーピンポン

16:00

17:00

20:00 CLOSE