

# 仙台サンプラザ

## 7月20日(月・祝)プログラム

スタジオ

プール

9 : 00 OPEN

9:00



9:30~10:15  
骨盤リンパケア/Hana

10:00



10:30~11:30  
SALSATION/Hana

11:00



11:50~12:35  
バレトン/峰村

12:00



13:00~14:00  
ヨガ/新田

13:00



14:15~15:00  
骨盤体操/佐藤(麗)

14:00

15:00

15:15~16:15  
STRONGNATION/内藤

16:00

小学生  
対象

16:30~17:30  
キッズスポーツゲームデイ/片平

参加費  
無料

17:00

18:00

スタジオでのアクロバット体験や、簡単なゲームやレクリエーションを行う小学生を対象としたイベントです。  
事前予約制。現在キッズ会員の皆様はもちろん会員様以外も参加可能。

19:00

20:00

21:00

21 : 00

CLOSE

小学生  
対象

15:00~16:00  
キッズアクアプレイパーク/片平

参加費  
無料

プールでの簡単なゲームやレクリエーション、泳力トレーニングを行う小学生を対象としてイベントです。  
事前予約制。現在キッズ会員の皆様はもちろん会員様以外も参加可能。