

2025年11月23日(日祝) 21周年祭タイムスケジュール

スタジオ

青空フィットネス
(駐車場)

サブアリーナ

メインアリーナ

10:30	フリーストレッチ 10:30-12:45
11:00	大人もこども 参加OK 一般の方も 参加できます!!
12:00	雨天の場合中止いたします。 開始1時間前に ホームページでご案内いたします。
13:00	コンディショニングWithポール 早馬 13:00-13:45 【定員20名】
14:00	ボディアタック30 13:45-14:15
15:00	ピラティス 早馬 14:00-14:45
16:00	レズミルズダンス 14:30-15:00
17:00	ヨガ 山下 16:15-17:00
18:00	ボディバランス30※FX 17:15-17:45
19:00	
20:00	
21:00	
22:00	Anniversary

大人もこども
参加OK
一般の方も
参加できます!!

雨天の場合中止いたします。
開始1時間前に
ホームページでご案内いたします。

ボディアタック30
13:45-14:15

レズミルズダンス
14:30-15:00

ボディコンバット30
15:15-15:45



ボディパンプ45
山下
19:00-19:45

ボディバランス45※ST
山下
20:05-20:50

21th



特別営業 閉館時間(23:00) 運動施設利用時間(22:30迄)