

仙台サンプラザ

10月12日(月・祝)プログラム

スタジオ

プール

9 : 00 OPEN

9:00



9:30~10:15

健美操/岡本

10:00



10:30~11:30

SALSATION/Hana

11:00



10 : 30~11 : 15

アクアビクス/東海林

12:00



11:50~12:35

バレトン/峰村

13:00



13:00~14:00

ヨガ/新田

14:00



14:15~15:00

骨盤体操/佐藤(麗)

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

19:00

20:00

21:00

21 : 00

CLOSE