

oaoa フィットネス&ヨガ オアオア
2022年10月10日(月・祝) 祝日特別営業・スケジュール

10月9日(日)	10月10日(月・祝) スポーツの日特別スケジュール	10月11日(火)
10:00		10:00
10:30		10:30
11:00	バーベルトレーニング ボディパンプ テク&マスタークラス 10:30~12:00 尾崎克仁	11:00
11:30		11:30
12:00		12:00
12:30		12:30
13:00	格闘技エクササイズ ボディコンバット テク&マスタークラス 12:30~14:00 尾崎克仁	13:00
13:30		13:30
14:00		14:00
14:30		14:30
15:00	スタジオ貸出 14:30~15:00	15:00
15:30	スタジオ貸出 15:15~15:45	15:30
16:00	スタジオ貸出 16:00~16:30	16:00
16:30		16:30
17:00	スタジオ貸出 16:45~17:15	17:00
17:30	スタジオ貸出 17:30~18:00	17:30
18:00		18:00
18:30		18:30
19:00	ヨガエクササイズ ボディバランス 18:30~19:30 篠田裕太	19:00
19:30		19:30
20:00		20:00
20:30	有酸素トレーニング ボディアタック 20:00~21:00 Kozzi	20:30
21:00		21:00
21:30		21:30
22:00	格闘技エクササイズ ボディコンバット 21:30~22:00 篠田裕太	22:00
22:30		22:30

通常営業・通常スケジュール

通常営業・通常スケジュール

通常料金	ゴールド・レギュラー・ビギナー会員/500円	スポット会員/1000円
特別料金	ゴールド・レギュラー・ビギナー会員/1000円	スポット会員/2000円
スタジオ貸出通常料金	ゴールド・レギュラー会員/500円	スポット・ビギナー会員/1000円
緑の枠	ゴールド会員の方のみお子様あずかり可能	

※ 参加料金は現金・会費会員マンスリーサービスチケット・回数券のいずれかでお支払いいただけます。