

ADASTRIA MITO ARENA

2024年5月25日 (土)

| | 多目的室 1 | 多目的室 2 & 3 | |
|---------|--------|----------------------------------|---------|
| 9:00 ▶ | | | ◀ 9:00 |
| 19:00 ▶ | | | ◀ 19:00 |
| 30 | | 19:00-20:00 ボディコンバット 阿部 雄大 | 30 |
| 20:00 ▶ | | | ◀ 20:00 |
| 30 | | 20:30-21:15 LMシェープス 阿部 雄大 | 30 |
| 21:00 ▶ | | | ◀ 21:00 |
| 30 | | | 30 |
| 22:00 ▶ | | | ◀ 22:00 |

ADASTRIA MITO ARENA

2024年5月26日 (日)

| | 多目的室 1 | 多目的室 2 & 3 | |
|---------|--------|-----------------------------------------|---------|
| 9:00 ▶ | | | ◀ 9:00 |
| 19:00 ▶ | | | ◀ 19:00 |
| 30 | | 19:00-19:45 ストレングスディベロップメント 阿部 雄大 | 30 |
| 20:00 ▶ | | | ◀ 20:00 |
| 30 | | 20:15-21:15 ボディアタック 阿部 雄大 | 30 |
| 21:00 ▶ | | | ◀ 21:00 |
| 30 | | | 30 |
| 22:00 ▶ | | | ◀ 22:00 |