

# ADASTRIA MITO ARENA

2024年4月6日 (土)

	多目的室 1	多目的室 2 & 3	
9:00 ▶			◀ 9:00
18:00 ▶			◀ 18:00
3 0		18:00-19:00 ボディステップ 阿部 雄大	3 0
19:00 ▶			◀ 19:00
3 0		予約 (定員10名)	3 0
20:00 ▶		19:20-20:05 RPM 阿部 雄大	◀ 20:00
3 0			3 0
21:00 ▶		20:25-21:25 ボディコンバット 阿部 雄大	◀ 21:00
3 0			3 0
22:00 ▶			◀ 22:00

# ADASTRIA MITO ARENA

2024年4月7日 (日)

	多目的室 1	多目的室 2 & 3	
9:00 ▶			◀ 9:00
10:00 ▶			◀ 10:00
18:00 ▶			◀ 18:00
3 0		18:00-18:45 ストレングスディベロップメント (No.5) 阿部 雄大	3 0
19:00 ▶			◀ 19:00
3 0		19:00-20:00 ボディアタック 白畑 勝也	3 0
20:00 ▶			◀ 20:00
3 0		20:15-21:00 シェープス (No.2) 阿部 雄大	3 0
21:00 ▶			◀ 21:00
3 0			3 0
22:00 ▶			◀ 22:00

# ADASTRIA MITO ARENA

2024年4月20日 (土)

多目的室 1		多目的室 2 & 3	
9:00 ▶			◀ 9:00
18:00 ▶			◀ 18:00
3 0		18:00-19:00 ボディステップ 阿部 雄大	3 0
19:00 ▶			◀ 19:00
3 0		予約 (定員10名)	3 0
20:00 ▶			◀ 20:00
3 0		19:20-20:05 RPM 阿部 雄大	3 0
21:00 ▶			◀ 21:00
3 0		20:25-21:10 シェーブス (No.2) 阿部 雄大	3 0
22:00 ▶			◀ 22:00

# ADASTRIA MITO ARENA

2024年4月21日 (日)

多目的室 1		多目的室 2 & 3	
9:00 ▶			◀ 9:00
10:00 ▶			◀ 10:00
18:00 ▶			◀ 18:00
3 0		18:00-18:45 ストレングスディベロップメント (No.5) 阿部 雄大	3 0
19:00 ▶			◀ 19:00
3 0		19:00-20:00 ボディアタック 白畑 勝也	3 0
20:00 ▶			◀ 20:00
3 0			3 0
21:00 ▶			◀ 21:00
3 0		20:15-21:15 ボディコンバット 阿部 雄大	3 0
22:00 ▶			◀ 22:00