

3月

ひなたフィットネス



【月間スケジュール】

3/2 (月) 10:00~11:00 のびのび ストレッチ (鮫島) 副道場	3/3 (火) 10:00~11:00 はじめての ピラティス (渋谷) 副道場	3/4 (水) 10:00~11:00 姿勢キレイ (体幹トレ) (中村) 副道場	3/5 (木) 10:00~11:00 リラックスヨガ (蔵本) 副道場	3/6 (金) 10:00~11:00 からだ整え エクササイズ (池田) 副道場
19:30~20:30 ピラティス (TAKAHIRO) 副道場	休館		19:00~20:00 骨盤調整ヨガ (内田) 副道場	19:30~20:20 ZUMBA® (長嶺) 主道場
3/9 (月) 10:00~11:00 のびのび ストレッチ (清藤) 副道場	3/10 (火) 10:00~11:00 はじめての ピラティス (渋谷) 副道場	3/11 (水) 施設の都合により 休講	3/12 (木) 10:00~11:00 リラックスヨガ (蔵本) 副道場	3/13 (金) 講師の都合により 休講
19:30~20:30 ピラティス (TAKAHIRO) 副道場	休館		19:00~20:00 骨盤調整ヨガ (内田) 副道場	講師の都合により 休講
3/16 (月) 10:00~11:00 のびのび ストレッチ (鮫島) 副道場	3/17 (火) 火曜 休館日	3/18 (水) 10:00~11:00 姿勢キレイ (体幹トレ) (中村) 副道場	3/19 (木) 10:00~11:00 リラックスヨガ (蔵本) 副道場	3/20 (金・祝) 祝日により休講
19:30~20:30 ピラティス (TAKAHIRO) 副道場			19:00~20:00 骨盤調整ヨガ (内田) 副道場	
3/23 (月) 10:00~11:00 のびのび ストレッチ (清藤) 副道場	3/24 (火) 10:00~11:00 はじめての ピラティス (渋谷) 副道場	3/25 (水)	3/26 (木)	3/27 (金)
19:30~20:30 ピラティス (TAKAHIRO) 副道場	休館	施設の都合により休講		
3/30 (月)	3/31 (火)	施設の都合により休講		

施設の予約状況や講師の都合により、休講となる場合がございます。
休講等の情報は、ホームページ・Instagramにてお知らせ致します。

【お問合せ】

(公財)宮崎県スポーツ施設協会

電話 : 0985-58-5151 (ひなた武道館)

所在地 : 宮崎市大字熊野2206-1



休講等の情報は
こちらから ▶



ホームページ



Instagram