

# FITNESS FESTA 2025 TIMETABLE

## 10/11 Sat ジアウトレットモール広島

2Fセンターコート (総合受付)	ステーションコート (1F展示電車前)
<b>RURI・梶川倫世</b> 10:30~11:30 <b>田中理子・岩永美生</b> メガダンス	
<b>FREE!</b> <b>GAUTIER MOMO</b> 11:50~12:50 エイブル協賛レッスン BODY ATTACK レスマルズ	
<b>RURI</b> 13:10~14:10 <b>安藤光輝</b> FITTA協賛レッスン <b>神谷栄喜</b> FIGHTDO	 
<b>FREE!</b> <b>GaBo yori</b> 14:30~15:30 LATINATION®	<b>FREE!</b> <b>桃谷明寛</b> 14:30~15:20 リフレッシュヨガ
<b>にれいあやこ</b> 15:50~16:50 美意識が覚醒する魔法のウォーキング! 簡単3ステップ講座	
<b>SEI JAPAN TEAM</b> 17:20~18:50 SALSATION®体験イベント サルセッション チケット1枚	

## 10/12 Sun 寺町会場

真行寺	品龍寺	スタジオ103 (総合受付)	善正寺
		9:30~11:00 <b>内田かつのり</b> ヨガで改善出来ない 頭頸部のセルフケア	
<b>柳生直子</b> 10:00~11:30 基本のアライメントを 学ぶクラス			
☆AYU☆ 12:00~13:30 ☆お寺でFLOWYOGA - マインドフルネス☆	<b>金井茉衣子</b> 12:30~14:00 お寺でととのうヨガ ~祈り・委ね・調和~		
		<b>柳生直子</b> 13:00~14:30 肩関節、股関節を学び、 疲労回復をはかる	
<b>Syuji</b> 14:00~15:30 アシュタンガヨガ ディスカバリー	<b>14:30~16:00</b> <b>内田かつのり</b> アナトミック骨盤ヨガ®		<b>月城玲</b> 15:00~16:30 ユニオン曼荼羅 フローヨガ

各クラスごとに  
必要チケットの種類  
が異なります

ヨガチケット1枚
フィットネス  
チケット1枚
サルセッション  
チケット1枚

ゲストヨガチケット
FREE! 無料クラス