



プレオープンイベント 5月1日(土)～5月9日(金)

日付	時間	イベント1	インストラクター	時間	イベント2	インストラクター
5月1日(土)	10:00-11:30	ランニングセッション	湯本優	14:00-15:30	アシュタンガヨガ	SHIHO
5月2日(日)	10:00-11:30	way (WALK AND YOGA)	本橋恵美	14:00-15:30	way (WALK AND YOGA)	本橋恵美
5月3日(月)	10:00-11:00	ランニング ベーシック	小島成久	14:00-15:30	アシュタンガヨガ	YUKO
5月4日(火)	10:00-11:30	ノルディックウォーキング	原槇大揮	14:00-15:30	ピラティス	原槇大揮
5月5日(水)	10:00-11:30	way (RUN AND YOGA)	KIKKO	14:00-15:30	ピラティス	NORIKO
5月6日(木)	10:00-11:00	ランニング ベーシック	小島成久	14:00-15:30	アシュタンガヨガ	Kimi
5月7日(金)	10:00-11:30	way (WALK AND YOGA)	斎藤ちひろ	14:00-15:30	ハタヨガ	AYAKO
5月8日(土)	10:00-11:30	ノルディックウォーキング	畑顕治	14:00-15:30	ノルディックウォーキング	畑顕治
5月9日(日)	10:00-11:30	ノルディックウォーキング	畑顕治	14:00-15:30	ノルディックウォーキング	畑顕治

イベント参加費：500円（傷害保険、ヨガマット／ノルディックウォーキングポールレンタル、施設利用料含む）

集合：way大濠アウトドアフィットネスクラブ [www.way-ohori.com](http://www.way-ohori.com)

ご予約 & 詳細：こちらのサイトをご覧ください<http://wayohori.blog.shinobi.jp/Category/1/2/>

インストラクター紹介はこちら <http://www.way-ohori.com>