

2025年4月29日（火・祝）開催
2025 出光ファーストイーハートブinもてぎ スケジュール

8:00

ゲートオープン

8:30 ~ 9:00

参加受付(本部)



9:00 ~ 9:30

ブリーフィング・準備体操

9:30 ~

プログラム開始



9:30 ~ 10:30

基本レッスン/ウォームアップエリア

10:30頃

休憩

10:30 ~ 12:30

セッション1~4

12:30 ~ 13:30

昼食（ハローウッズにて）

14:00 ~

セッション5~7

15:45

解散予定



※写真はイメージです