

2024年4月29日（月・祝）開催
2024 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

セクション1~4

12:30 ~ 13:30

昼食（ハローウッズにて）



14:00 ~

セクション5~7

15:45

解散予定



※写真はイメージです