

2026スクール講座予定表 6月分

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
月・日	6月 1日	6月 2日	6月 3日	6月 4日	6月 5日	6月 6日	6月 7日
クラス	ヘルス (5月分)		ハタヨガ		貯筋運動	野球教室	
時間	10:00~11:00		9:30~10:30		9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス	チェアヨガ		エアロビック	貯筋運動	スローエアロビック	陸上教室	
時間	14:00~15:00		9:30~10:30	13:30~14:30	10:45~11:45	10:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ	幼児の体操 (5月分)	貯筋運動 (5月分)	ヘルス	Biimaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ (荒島)
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	10:45~11:45	11:00~12:00	15:45~16:45	15:15~16:15	13:30~14:30
クラス	バドミントン (5月分)	体操教室 (初級・5月)	体幹トレーニング	貯筋運動	Biimaスポーツ	体操教室 (初級)	
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20	
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (中級・5月)	シェイプアップ (5月分)	運動遊び (幼児)		体操教室 (中級)	ダンス (小学生)
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00		17:35~18:35	17:30~18:30
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (上級・5月)	ヨガ&ストレッチ (5月分)	運動遊び (小学生)	エアロビック	体操教室 (上級)	
時間	17:50~18:50	18:40~19:40	20:00~21:00	16:05~16:55	20:00~21:00	18:40~19:40	
月・日	6月 8日	6月 9日	6月 10日	6月 11日	6月 12日	6月 13日	6月 14日
クラス	ヘルス		ハタヨガ		貯筋運動		
時間	10:00~11:00		9:30~10:30		9:30~10:30		
クラス	チェアヨガ		エアロビック	貯筋運動		エアロビック	
時間	14:00~15:00		9:30~10:30	13:30~14:30		9:30~10:30	
クラス	Biimaスポーツ	幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス		スローエアロ (荒島)	スポーツ遊び塾
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	10:45~11:45	11:00~12:00		13:30~14:30	11:00~12:00
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	体幹トレーニング	貯筋運動			
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00			
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (中級)		運動遊び (幼児)	ダンス (小学生)		
時間	16:45~17:45	17:35~18:35		15:10~16:00	17:30~18:30		
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (上級)	シェイプアップ	運動遊び (小学生)			
時間	17:50~18:50	18:40~19:40	18:00~19:00	16:05~16:55			
クラス			ヨガ&ストレッチ	エアロビック			ピラティス
時間			20:00~21:00	20:00~21:00			20:00~21:00
月・日	6月 15日	6月 16日	6月 17日	6月 18日	6月 19日	6月 20日	6月 21日
クラス	ヘルス		ハタヨガ	シェイプアップ	貯筋運動	クラス開放日	
時間	10:00~11:00		9:30~10:30	10:45~11:45	9:30~10:30	9:00~13:00	
クラス	チェアヨガ		エアロビック	貯筋運動	スローエアロビック	野球教室	ビューティー講座
時間	14:00~15:00		9:30~10:30	13:30~14:30	10:45~11:45	9:00~10:30	ヨガ
クラス	Biimaスポーツ	幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス	Biimaスポーツ	スローエアロ (荒島)	会員 500円
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	10:45~11:45	11:00~12:00	15:45~16:45	13:30~14:30	非会員 800円
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	貯筋運動	エアロビック	Biimaスポーツ	体操教室 (初級)	10:00~11:00
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	14:00~15:00	16:45~17:45	16:45~17:45	16:20~17:20	
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (中級)		運動遊び (幼児)	ダンス (小学生)	体操教室 (中級)	陸上教室
時間	16:45~17:45	17:35~18:35		15:10~16:00	17:30~18:30	17:35~18:35	10:00~12:00
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (上級)	ヨガ&ストレッチ	運動遊び (小学生)	エアロビック	体操教室 (上級)	スポーツ遊び塾
時間	17:50~18:50	18:40~19:40	20:00~21:00	16:05~16:55	20:00~21:00	18:40~19:40	11:00~12:00
月・日	6月 22日	6月 23日	6月 24日	6月 25日	6月 26日	6月 27日	6月 28日
クラス	ヘルス		ハタヨガ		貯筋運動	野球教室	
時間	10:00~11:00		9:30~10:30		9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス		シェイプアップ	ヘルス		スローエアロビック	ビューティー講座	
時間		10:45~11:45	11:00~12:00		10:45~11:45	10:45~11:45	
クラス		貯筋運動		貯筋運動	スローエアロ (荒島)	ゴムバンド体操	
時間		10:45~11:45		13:30~14:30	13:30~14:30	会員 500円	
クラス	Biimaスポーツ	幼児の体操教室	貯筋運動	Biimaスポーツ	幼児の体操教室	非会員 800円	10:00~11:00
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	14:00~15:00	15:45~16:45	15:15~16:15		
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	体幹トレーニング	Biimaスポーツ	体操教室 (初級)		スポーツ遊び塾
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	15:00~16:00	16:45~17:45	16:20~17:20		11:00~12:00
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (中級)	シェイプアップ	ダンス (小学生)	体操教室 (中級)		ボールあそび
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	17:30~18:30	17:35~18:35		13:30~14:30
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (上級)	ヨガ&ストレッチ		体操教室 (上級)		ピラティス
時間	17:50~18:50	18:40~19:40	20:00~21:00		18:40~19:40		20:00~21:00
月・日	6月 29日	6月 30日	7月 1日	7月 2日	7月 3日	7月 4日	7月 5日
クラス	ヘルス		ハタヨガ (7月分)		貯筋運動 (7月分)		
時間	10:00~11:00		9:30~10:30		9:30~10:30		
クラス		シェイプアップ	エアロビック (7月分)	貯筋運動 (7月分)	スローエアロ (7月分)	野球教室	
時間		10:45~11:45	9:30~10:30	13:30~14:30	10:45~11:45	9:00~10:30	
クラス	Biimaスポーツ	幼児の体操教室	ヘルス (7月分)	Biimaスポーツ	スローエアロ (荒島・7月)	エアロビック (6月分)	
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	11:00~12:00	15:45~16:45	13:30~14:30	9:30~10:30	
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	貯筋運動 (7月分)	Biimaスポーツ	体操教室 (初級・7月)		
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20		
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (中級)	シェイプアップ	運動遊び (幼児・7月)	体操教室 (中級・7月)		スポーツ遊び塾
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	17:35~18:35		11:00~12:00
クラス	Biimaスポーツ	体操教室 (上級)	ヨガ&ストレッチ	運動遊び (小学生・7月)	エアロビック (7月分)		
時間	17:50~18:50	18:40~19:40	20:00~21:00	16:05~16:55	20:00~21:00		