

2025スクール講座予定表 2月分

月・日	月曜日		火曜日		水曜日	木曜日	金曜日		土曜日	日曜日
	1月 26日		1月 27日		1月 28日	1月 29日	1月 30日		1月 31日	2月 1日
クラス	ヘルス(1月分)		スローエアロ(1月分)		ハタヨガ(1月分)	Biimaスポーツ		貯筋運動(1月分)	野球教室(1月分)	
時間	10:00~11:00		13:30~14:30		9:30~10:30	15:45~16:45		9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス	チェアヨガ(1月分)		幼児の体操(1月分)		ヘルス(1月分)	Biimaスポーツ		貯筋運動(1月分)		
時間	13:30~14:30		15:15~16:15		11:00~12:00	16:45~17:45		10:45~11:45		
クラス	Biimaスポーツ	チェアヨガ(1月分)	体操教室(初級・1月)		シェイプ(1月分)	貯筋運動(1月分)	シェイプ(1月分)	体操教室(初級・1月)	スローエアロ(荒島・1月)	スポーツ遊び(1月分)
時間	15:45~16:45	14:45~15:45	16:20~17:20		15:00~16:00	14:00~15:00	15:00~16:00	16:20~17:20	13:30~14:30	11:00~12:00
クラス	Biimaスポーツ	バドミントン(1月分)	体操教室(中級・1月)		シェイプ(1月分)	運動遊び(幼児・1月)	ダンス(小学生・1月)	体操教室(中級・1月)		
時間	16:45~17:45	16:00~17:30	17:35~18:35		18:00~19:00	15:10~16:00	17:30~18:30	17:35~18:35		
クラス	Biimaスポーツ		体操教室(上級・1月)			運動遊び(小学生・1月)	シェイプ(1月分)	体操教室(上級・1月)		
時間	17:50~18:50		18:40~19:40			16:05~16:55	18:30~19:30	18:40~19:40		
クラス					ヨガ&ストレッチ(1月分)		エアロビック(1月分)			
時間					20:00~21:00		20:00~21:00			
月・日	2月 2日		2月 3日		2月 4日	2月 5日	2月 6日		2月 7日	2月 8日
クラス		ヘルス	スローエアロビック		ハタヨガ			貯筋運動	野球教室	
時間		10:00~11:00	13:30~14:30		9:30~10:30			9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス		幼児の体操(1月分)	貯筋運動		ヘルス			貯筋運動	エアロビック	
時間		15:15~16:15	15:00~16:00		11:00~12:00			10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス	Biimaスポーツ	体操教室(初級・1月)	シェイプアップ		貯筋運動	Biimaスポーツ		スローエアロ(荒島)	陸上教室(1月分)	
時間	15:45~16:45	16:20~17:20	15:00~16:00		14:00~15:00	15:45~16:45		13:30~14:30	10:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ	体操教室(中級・1月)	シェイプアップ		運動遊び(幼児)	Biimaスポーツ			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	16:45~17:45			11:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ	体操教室(上級・1月)			運動遊び(小学生)	ダンス(小学生)				
時間	17:50~18:50	18:40~19:40			16:05~16:55	17:30~18:30				
クラス					ヨガ&ストレッチ(1月分)		エアロビック			
時間					20:00~21:00		20:00~21:00			
月・日	2月 9日		2月 10日		2月 11日	2月 12日	2月 13日		2月 14日	2月 15日
クラス		ヘルス	ヘルス	スローエアロビック	ハタヨガ			貯筋運動	野球教室	
時間		10:00~11:00	11:00~12:00	13:30~14:30	9:30~10:30			9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス	貯筋運動	チェアヨガ	幼児の体操教室	貯筋運動				貯筋運動	陸上教室	
時間	14:00~15:00	13:30~14:30	15:15~16:15	15:00~16:00				10:45~11:45	10:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ	チェアヨガ	体操教室(初級)	シェイプアップ		Biimaスポーツ		スローエアロ(荒島)	スポーツ遊び塾	
時間	15:45~16:45	14:45~15:45	16:20~17:20	15:00~16:00		15:45~16:45		13:30~14:30	11:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ		Biimaスポーツ				
時間	16:45~17:45	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00		16:45~17:45				
クラス	Biimaスポーツ		体操教室(上級)			ダンス(小学生)				
時間	17:50~18:50		18:40~19:40			17:30~18:30				
クラス						エアロビック			ピラティス	
時間						20:00~21:00			20:00~21:00	
月・日	2月 16日		2月 17日		2月 18日	2月 19日	2月 20日		2月 21日	2月 22日
クラス		ヘルス		スローエアロビック	ハタヨガ			貯筋運動		
時間		10:00~11:00		13:30~14:30	9:30~10:30			9:30~10:30		
クラス		チェアヨガ	幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス			貯筋運動	エアロビック	ビューティー講座
時間		13:30~14:30	15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00			10:45~11:45	9:30~10:30	ゴムバンド体操
クラス	Biimaスポーツ	チェアヨガ	体操教室(初級)	シェイプアップ	貯筋運動	Biimaスポーツ		スローエアロ(荒島)	スポーツ遊び塾	会員 500円
時間	15:45~16:45	14:45~15:45	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	15:45~16:45		13:30~14:30	11:00~12:00	非会員 800円
クラス	Biimaスポーツ	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ	運動遊び(幼児)	Biimaスポーツ				9:30~10:30
時間	16:45~17:45	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	16:45~17:45				
クラス	Biimaスポーツ		体操教室(上級)		運動遊び(小学生)					
時間	17:50~18:50		18:40~19:40		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	2月 23日		2月 24日		2月 25日	2月 26日	2月 27日		2月 28日	3月 1日
クラス		ヘルス	スローエアロビック		ハタヨガ			貯筋運動	野球教室	
時間		10:00~11:00	13:30~14:30		9:30~10:30			9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス		チェアヨガ	幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス			貯筋運動	エアロビック	
時間		13:30~14:30	15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00			10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス	Biimaスポーツ	チェアヨガ	体操教室(初級)	シェイプアップ	貯筋運動	Biimaスポーツ		スローエアロ(荒島)	陸上教室	
時間	15:45~16:45	14:45~15:45	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	15:45~16:45		13:30~14:30	10:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ	運動遊び(幼児)	Biimaスポーツ			スポーツ遊び塾	
時間	16:45~17:45	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	16:45~17:45			11:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ		体操教室(上級)		運動遊び(小学生)	ダンス(小学生)				
時間	17:50~18:50		18:40~19:40		16:05~16:55	17:30~18:30			13:30~14:30	
クラス					ヨガ&ストレッチ		エアロビック			
時間					20:00~21:00		20:00~21:00			
月・日	3月 2日		3月 3日		3月 4日	3月 5日	3月 6日		3月 7日	3月 8日
クラス		ヘルス(3月分)	火曜日・金曜日	スローエアロ(3月分)	ハタヨガ(3月分)			貯筋運動(3月分)	野球教室(3月分)	
時間		10:00~11:00	合同 ↓	13:30~14:30	9:30~10:30			9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス		チェアヨガ(3月分)	幼児の体操教室	貯筋運動(3月分)	ヘルス(3月分)			貯筋運動(3月分)		
時間		13:30~14:30	15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00			10:45~11:45		
クラス	Biimaスポーツ	チェアヨガ	体操教室(初級)	シェイプアップ	貯筋運動	Biimaスポーツ		スローエアロ(荒島・3月)	スポーツ遊び(3月分)	
時間	15:45~16:45	14:45~15:45	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	15:45~16:45		13:30~14:30	11:00~12:00	
クラス	Biimaスポーツ	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ	運動遊び(幼児・3月)	Biimaスポーツ				
時間	16:45~17:45	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	16:45~17:45				
クラス	Biimaスポーツ		体操教室(上級)		運動遊び(小学生・3月)	エアロビック(3月分)				
時間	17:50~18:50		18:40~19:40		16:05~16:55	20:00~21:00				