

2026スクール講座予定表 5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	4月 27日	4月 28日	4月 29日	4月 30日	5月 1日	5月 2日	5月 3日
クラス	ヘルス (4月分)				貯筋運動		
時間	10:00~11:00				9:30~10:30		
クラス	チェアヨガ (4月分)		シェイス (4月分)		スローエアロビック	エアロビック (4月分)	
時間	14:00~15:00		10:45~11:45		10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス	Bilaaスポーツ	幼児の体操 (4月分)	貯筋運動 (4月分)		幼児の体操教室		陸上教室 (4月分)
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	10:45~11:45		15:15~16:15		10:00~12:00
クラス	バドミントン (4月分)	体操教室 (初級・4月)	体操トレ (4月分)		体操教室 (初級)		
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	15:00~16:00		16:20~17:20		
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室 (中級・4月)	シェイス (4月分)	ダンス (小学生・4月分)	体操教室 (中級)		
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	17:30~18:30	17:35~18:35		
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室 (上級・4月)	ヨガ&スト (4月分)		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		20:00~21:00	18:40~19:40	
月・日	5月 4日	5月 5日	5月 6日	5月 7日	5月 8日	5月 9日	5月 10日
クラス			ハタヨガ	貯筋運動		ヘルス	野球教室
時間			9:30~10:30	13:30~14:30		11:00~12:00	9:00~10:30
クラス				Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ (飛鳥)	
時間				15:45~16:45	15:15~16:15	13:30~14:30	
クラス				Bilaaスポーツ	体操教室 (初級)	貯筋運動	スポーツ遊び塾
時間				16:45~17:45	16:20~17:20	14:00~15:00	11:00~12:00
クラス				ダンス (小学生)	体操教室 (中級)		
時間				17:30~18:30	17:35~18:35		
クラス				エアロビック	体操教室 (上級)		ピラティス
時間				20:00~21:00	18:40~19:40		20:00~21:00
月・日	5月 11日	5月 12日	5月 13日	5月 14日	5月 15日	5月 16日	5月 17日
クラス	ヘルス		ハタヨガ		貯筋運動	クラブ開放日	
時間	10:00~11:00		9:30~10:30		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	エアロビック	ビューティー講座
時間	14:00~15:00	シェイスアッス	9:30~10:30	13:30~14:30	10:45~11:45	9:30~10:30	ヨガ
クラス	Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	ヘルス	Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ (飛鳥)	会員 500円
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	11:00~12:00	15:45~16:45	15:15~16:15	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	Bilaa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	16:20~17:20		
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室 (中級)	シェイスアッス	運動遊び (幼児)	ダンス (小学生)	体操教室 (中級)	
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	17:30~18:30	17:35~18:35	
クラス	Bilaa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)	
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	5月 18日	5月 19日	5月 20日	5月 21日	5月 22日	5月 23日	5月 24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	チェアヨガ		エアロビック	貯筋運動	スローエアロビック	エアロビック	
時間	14:00~15:00	シェイスアッス	9:30~10:30	13:30~14:30	10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス	Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	ヘルス	Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ (飛鳥)	スポーツ遊び塾
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	11:00~12:00	15:45~16:45	15:15~16:15	13:30~14:30	11:00~12:00
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	貯筋運動	Bilaaスポーツ	体操教室 (初級)		ボールあそび
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20		13:30~14:30
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室 (中級)	シェイスアッス	運動遊び (幼児)	体操教室 (中級)		
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	17:35~18:35		
クラス	ダンス (小学生)	体操教室 (上級)		運動遊び (小学生)	体操教室 (上級)		
時間	17:30~18:30	18:40~19:40		16:05~16:55	18:40~19:40		
クラス	Bilaaスポーツ	ヨガ&ストレッチ		エアロビック		ピラティス	
時間	17:50~18:50	20:00~21:00		20:00~21:00		20:00~21:00	
月・日	5月 25日	5月 26日	5月 27日	5月 28日	5月 29日	5月 30日	5月 31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		野球教室	ビューティー講座
時間	14:00~15:00	シェイスアッス	9:30~10:30	13:30~14:30		9:00~10:30	ゴムバンド体操
クラス	Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	ヘルス	Bilaaスポーツ	幼児の体操 (6月分)		会員 500円
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	11:00~12:00	15:45~16:45	15:15~16:15		非会員 800円
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	貯筋運動	Bilaaスポーツ	体操教室 (初級・6月)		9:30~10:30
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	Bilaaスポーツ	体操教室 (中級)	シェイスアッス	運動遊び (幼児)	ダンス (小学生)	体操教室 (中級・6月)	
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	17:30~18:30	17:35~18:35	
クラス	Bilaa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 (6月分)	体操教室 (上級・6月)	
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 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		ハタヨガ (6月分)		貯筋運動 (6月分)		
時間	10:00~11:00		9:30~10:30		9:30~10:30		
クラス	チェアヨガ (6月分)		エアロビック (6月分)	貯筋運動 (6月分)	スローエアロ (6月分)	野球教室 (6月分)	エアロビック (6月分)
時間	14:00~15:00	シェイスアッス	9:30~10:30	13:30~14:30	10:45~11:45	9:00~10:30	9:30~10:30
クラス	Bilaaスポーツ	幼児の体操 (5月分)	ヘルス (6月分)	Bilaaスポーツ	幼児の体操 (6月分)	スローエアロ (飛鳥・6月)	
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	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	体操教室 (初級・5月)	貯筋運動 (6月分)	Bilaaスポーツ	体操教室 (初級・6月)		陸上教室 (6月分)
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20		10:00~12:00
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室 (中級・5月)	シェイスアッス	運動遊び (幼児・6月)	ダンス (小学生・6月)	体操教室 (中級・6月)	スポーツ遊び (6月分)
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	17:30~18:30	17:35~18:35	11:00~12:00
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室 (上級・5月)	ヨガ&ストレッチ	運動遊び (小学生・6月)	エアロビック (6月分)	体操教室 (上級・6月)	
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	