

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