

2026スクール講座予定表

8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	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 (7月分)	サマースクール	ハタヨギ (7月分)		サマースクール	貯蓄運動	
時間	10:00~11:00	10:30~12:00	9:30~10:30		10:30~12:00	9:30~10:30	
クラス	サマースクール			貯蓄運動 (7月分)	スローエアロビック	野球教室	ビューティー講座
時間	10:30~12:00			13:30~14:30	10:45~11:45	9:00~10:30	ゴムバンド体操
クラス	チェアヨガ (7月分)		シェイプアップ (7月分)	サマースクール	サマースクール	スローエアロ (来週・7月)	エアロビック
時間	14:00~15:00		10:45~11:45	8:45~17:00	13:30~15:00	13:30~14:30	9:30~10:30
クラス	Binaスポーツ	幼児の体操 (7月分)	貯蓄運動 (7月分)	ヘルス (7月分)		幼児の体操教室	会員 500円
時間	15:45~16:45	15:15~16:15	10:45~11:45	11:00~12:00		15:15~16:15	非会員 800円
クラス	バドミントン (7月分)	体操教室 (初級・7月)	体操トレ (7月分)				10:00~11:00
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	15:00~16:00				
クラス	Binaスポーツ	体操教室 (中級・7月)	シェイプアップ (7月分)		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		17:30~18:30	17:35~18:35	11:00~12:00
クラス	Binaスポーツ	体操教室 (上級・7月)	ヨガ&ストレッチ (7月分)		エアロビック (7月分)	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	8月 4日	8月 5日	8月 6日	8月 7日	8月 8日	8月 9日
クラス	サマースクール	サマースクール	ハタヨギ	貯蓄運動	サマースクール	貯蓄運動	エアロビック
時間	9:30~12:00	10:30~12:00	9:30~10:30	13:30~14:30	10:30~12:00	9:30~10:30	9:30~10:30
クラス	ヘルス		シェイプアップ	エアロビック	サマースクール	貯蓄運動	陸上教室 (体育館)
時間	10:00~11:00		10:45~11:45	9:30~10:30	13:30~15:00	10:45~11:45	10:00~12:00
クラス	チェアヨガ	幼児の体操教室	貯蓄運動	サマースクール	Binaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロビック
時間	14:00~15:00	15:15~16:15	10:45~11:45	10:30~12:00	15:45~16:45	15:15~16:15	10:45~11:45
クラス	Binaスポーツ	体操教室 (初級)	体操トレーニング	ヘルス	Binaスポーツ	体操教室 (初級)	スローエアロ (来週)
時間	15:45~16:45	16:20~17:20	15:00~16:00	11:00~12:00	16:45~17:45	16:20~17:20	13:30~14:30
クラス	バドミントン (7月分)	体操教室 (中級)		貯蓄運動	ダンス (小学生)	体操教室 (中級)	
時間	16:00~17:30	17:35~18:35		14:00~15:00	17:30~18:30	17:35~18:35	
クラス	Binaスポーツ	体操教室 (上級)	シェイプアップ	運動遊び (幼児)	エアロビック	体操教室 (上級)	
時間	16:45~17:45	18:40~19:40	18:00~19:00	15:10~16:00	20:00~21:00	18:40~19:40	
クラス	Binaスポーツ		ヨガ&ストレッチ	運動遊び (小学生)			ピラティス
時間	17:50~18:50		20:00~21:00	16:05~16:55			20:00~21:00
月・日	8月 10日	8月 11日	8月 12日	8月 13日	8月 14日	8月 15日	8月 16日
クラス	ヘルス		ハタヨギ			クラス開校日	
時間	10:00~11:00		9:30~10:30			9:00~13:00	
クラス	シェイプアップ	幼児の体操教室	ヘルス				
時間	10:45~11:45	15:15~16:15	11:00~12:00				
クラス	チェアヨガ	体操教室 (初級)					
時間	14:00~15:00	16:20~17:20					
クラス	バドミントン	体操教室 (中級)		貯蓄運動			
時間	16:00~17:30	17:35~18:35		14:00~15:00			
クラス	シェイプアップ	体操教室 (上級)	ヨガ&ストレッチ				
時間	18:00~19:00	18:40~19:40	20:00~21:00				
月・日	8月 17日	8月 18日	8月 19日	8月 20日	8月 21日	8月 22日	8月 23日
クラス	ヘルス	サマースクール	ハタヨギ		サマースクール	貯蓄運動	野球教室
時間	10:00~11:00	10:30~12:00	9:30~10:30		10:30~12:00	9:30~10:30	9:00~10:30
クラス	サマースクール		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	10:30~12:00		10:45~11:45	9:30~10:30	13:30~14:30	10:45~11:45	9:30~10:30
クラス	チェアヨガ		貯蓄運動	サマースクール	サマースクール	スローエアロ (来週)	陸上教室 (体育館)
時間	14:00~15:00		10:45~11:45	10:30~12:00	13:30~15:00	13:30~14:30	10:00~12:00
クラス	Binaスポーツ	幼児の体操教室		ヘルス	Bina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		11:00~12:00	15:45~16:45	15:15~16:15	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	Binaスポーツ	体操教室 (初級)	ボールおそび
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	13:30~14:30
クラス	Binaスポーツ	体操教室 (中級)	シェイプアップ	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	Bina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	ピラティス
月・日	8月 24日	8月 25日	8月 26日	8月 27日	8月 28日	8月 29日	8月 30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		シェイプアップ	エアロビック	貯蓄運動			
時間		10:45~11:45	9:30~10:30	13:30~14:30			
クラス	Binaスポーツ	幼児の体操教室		ヘルス	Binaスポーツ		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		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	Binaスポーツ		
時間	16:00~17:30	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	16:45~17:45		
クラス	Bina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)		
時間	16:45~17:45	17:35~18:35	18:00~19:00	15:10~16:00	17:30~18:30		
クラス	Bina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		
時間	17:50~18:50	18:40~19:40	20:00~21:00	16:05~16:55	20:00~21:00		
月・日	8月 31日			9月 3日	9月 4日		
クラス	ヘルス (9月分)	バドミントン		貯蓄運動	幼児の体操教室	体操教室 (初級)	
時間	10:00~11:00	16:00~17:30		13:30~14:30	15:15~16:15	16:20~17:20	
クラス	Binaスポーツ	Binaスポーツ	Binaスポーツ	エアロビック	体操教室 (中級)	体操教室 (上級)	
時間	15:45~16:45	16:45~17:45	17:50~18:50	20:00~21:00	17:35~18:35	18:40~19:40	