スクール講座予定表 3月分

					人ソール講座下に表			3 A T					
曜日	月曜日	火	曜日	水	瞿日	木	曜日	金田	翟日	土	瞿日	日月	瞿日
月・日		,										3月	18
クラス		-				1						713	ī
時間													
クラス													
時間													
月・日	3月 2E	3月	3日	3月	4日	3月	5日	3月	6日	3月	1B	3月	8日
クラス	ヘルスA				ZB	713			スアップ		開放日	713	<u> </u>
時間	10:00~11:3	0		9:30~	-10 : 30				-10 : 45		-17:00		
クラス			エクササイズ		ス&ヨガ	リフレ・	/シュ体操		トレッチ	エアロビ	ックダンス		
時間		10 : 0	0~11:00	11 : 00-	~12 : 00	11:00	~12:00	11 : 00-	~12 : 00	9:30~	-10 : 30		
クラス	貯筋運動	^	ルスC	ヘル	ZD.					小学生	陸上教室		ティー&健
時間	14:00~15:0	0 14:0	0~15 : 00	11 : 00-	~12 : 00					10 : 00-	~12 : 00	康講	
クラス	バドミントン (2月	分)				幼・小学	生のダンス	幼・小学生	ダンス (意東)			10:0	亟舞 10受付
時間	16:00~17:3	0				17 : 00	~18:00	16 : 30-	~17 : 30			10 : 30~	~11 : 30
クラス	エアロビックダン		操教室		カダンス							***** 予約 して	
時間	20 : 00~21 : 0		0~16 : 30	19:00-	~Z0 : 00								まて頂けば
時間			5~17 : 45									参加でき	
時間			0~19:00										
クラス	ダンス		ィス&ヨガ	-	Нор				トレッチ				
時間	21 : 00~22 : 0		5~19 : 45	Z0 : 30-	~21 : 30			Z0 : 00-	~21 : 00				
時間			0~Z1 : 00										
月・日	3月 9日	3月	10日	3月	<u>11B</u>	3月	12日	3月	13日	3月	14日	3月	15日
クラス	ヘルスA	_			ZB						ックダンス		
時間	10:00~11:3				-10 : 30		h /LID	- 440 -		9:30^	-10 : 30	まつえし	ディース
クラス			エクササイズ		ス&ヨガ		/シュ体操		トレッチ				ソン
時間			0~11:00		~12 : 00	11:00	~12 : 00	11:00-	~12 : 00				
クラス			ルスC 00.15・00		. Z D					1		1	
<u>時間</u> クラス	バドミントン		0~15:00 (プアップ		~12:00 運動	始,小兴	生のダンス	幼・小学生	がっつ (会歩)	1		1	
サ間	16:00~17:3		0~16 : 30		注题 ~15:00		主のサンス ~18:00		テンス (意果) 〜17:30				
クラス	10 . 00 . 011 . 3		<u>(10 · 30)</u> 操教室		マリ・00		ックダンス	10 . 30.	~11 . 30			1	
時間			0~16 : 30		~20 : 00		~Z1 : 00						
時間			5~17 : 45	17.00	20 - 00	20.00	21 - 00						
時間			0~19 : 00										
クラス			ィス&ヨガ	Hip	Нор	9	ンス	3fi&Z	トレッチ			1	
時間			5~19 : 45	-	~21 : 30		~ZZ : 00		~21 : 00				
時間			0~Z1 : 00		2		**		••				
月・日	3月 16		178	3月	18日	3月	19日	3月	20日	3月	21日	3月	22日
クラス	ヘルスA		エクササイズ		ZB	7.,			スアップ		ックダンス		
時間	10:00~11:3	10:0	0~11:00	9:30~	-10 : 30			9:45~	-10 : 45		-10 : 30		
クラス			手遊び		ス&ヨガ	リフレ・	/シュ体操		トレッチ				
時間		11 : 1	5~12 : 15	11 : 00-	~12 : 00	11 : 00	~12:00	11 : 00-	~12 : 00				
クラス		^	ルスC	へル	ZD	運動を	るそび園	スポー	ソ遊び塾				
時間		14 : 0	0~15 : 00	11 : 00-	~12 : 00	15 : 30	~16:30	16:00-	~17 : 00		ティー&健		
クラス	バドミントン	シェイ	「プアップ	貯筋	運動	幼・小学	生のダンス	幼・小学生	ダンス (意東)	康講)性」 y 千整体		
時間	16:00~17:3	0 15 : 30	0~16 : 30		~15 : 00	17 : 00	~18:00	15 : 30-	~16 : 30		0受付		
クラス			操教室		カダンス		ックダンス				~15 : 00		
時間			0~16:30	19:00-	~Z0 : 00	20 : 00	~21 : 00				*****		
時間			5~17 : 45								来て頂けば		
時間			0~19:00		ller		\ 7				きます!	1	
クラス			ィス&ヨガ	-	Hop		ンス		トレッチ	1		1	
時間			5~19 : 45	20:30-	~21 : 30	21:00	~22 : 00	20:00-	~21 : 00	1		1	
時間	10 44		0~21:00	10	25.0	20	2/ 🗅	70	22 🗆	20	200	70	20.
月・日	3月 23		24日	3月	25日	3月	26日	3月	27日	3月	28日	3月	29日
クラス	ヘルスA 10:00~11:3		0~11:00		. スB -10:30				スアップ -10:45		ックダンス -10:30		
<u>時間</u> クラス	10 - 00 ~ 11 : 3		<u>∪~11:00</u> ィス&ヨガ	7 · 30^	- 10 • 30	1		7 · 47^	· 10 · 47		~10:30 陸上教室	1	
けつ人			0~1Z : 00								~12 : 00		
クラス	親子体操		U·~12·00 手遊び	A/I	ZD.	1171.	/シュ体操	31187	トレッチ		スロージョギング	1	
時間	11:00~12:0		5~12 : 15		~12 : 00		~12:00		~12 : 00		~12:00	1	
クラス	健美操		ルスC		70		そび園		ソ遊び塾	10 1 47	00	1	
時間	14 : 00~15 : 0		0~15:00				~16:30		~17:00			1	
クラス	バドミントン		「プアップ	貯籠	運動		生のダンス					1	
時間	16:00~17:3		0~16:30		~15 : 00		~18:00		~16:30	1		1	
クラス			操教室		カダンス		ックダンス			1		1	
時間			0~16 : 30	19:00-	~20 : 00	20 : 00	~Z1 : 00			1		1	
時間			5~17 : 45										
時間			0~19:00	<u> </u>								1	
	1		ィス&ヨガ	-	Нор		ンス		トレッチ			1	
クラス		18 : 4	5~19 : 45	20 : 30-	~21 : 30	21 : 00	~ZZ : 00	20 : 00-	~21 : 00	1		1	
時間				•		1		Ī		I		I	
時間 時間			0~21 : 00										
時間 時間 月・日	3月 301		0~21 : 00 31日							•			
時間 時間 月・日 クラス	親子体操	3月			der terr		1			•			
時間 <u>時間</u> 月・日 クラス 時間	親子体操 11:00~12:0	3月	31日	-		講座の]						
時間 月・日 クラス 時間 クラス	親子体操 11:00~12:0 健美操	3月 0 シェイ	31B			講座の 指間です]						
時間 月・日 クラス 時間 クラス 時間	親子体操 11:00~12:0 健美操 14:00~15:0	3月 0 シェイ 15:3	31日	-									
時間 月・日 クラス 時間 クラス	親子体操 11:00~12:0 健美操	3月 0 シェ4 0 15:30	31B	-									