

## 2025スクール講座予定表 4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 1日	4月 2日	4月 3日	4月 4日	4月 5日	4月 6日	4月 7日
クラス		スローエアロビック	ハタヨガ		貯筋運動	野球教室	
時間		13:30~14:30	9:30~10:30		9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス	幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス		貯筋運動	スポーツ遊び塾	
時間	15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00		10:45~11:45	11:00~12:00	
クラス	体操教室(初級)	シェイプアップ		Bilinaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ(荒島)	
時間	16:20~17:20	15:00~16:00		15:45~16:45	15:15~16:15	13:30~14:30	
クラス	体操教室(中級)	シェイプアップ	貯筋運動	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)		ボールあそび
時間	17:35~18:35	18:00~19:00	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20		13:30~14:30
クラス	体操教室(上級)		運動遊び	ダンス(小学生)	体操教室(中級)		
時間	18:40~19:40		16:00~16:50	17:30~18:30	17:35~18:35		
クラス				エアロビック	体操教室(上級)		
時間				20:00~21:00	18:40~19:40		
月・日	4月 7日	4月 8日	4月 9日	4月 10日	4月 11日	4月 12日	4月 13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	スローエアロビック			貯筋運動	エアロビック	
時間	13:30~14:30	13:30~14:30			10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス	チェアヨガ	幼児の体操教室	貯筋運動		幼児の体操教室	スローエアロ(荒島)	スポーツ遊び塾
時間	14:45~15:45	15:15~16:15	15:00~16:00		15:15~16:15	13:30~14:30	11:00~12:00
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)	シェイプアップ	貯筋運動	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)	
時間	15:45~16:45	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	15:45~16:45	16:20~17:20	
クラス	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ		Bilinaスポーツ	体操教室(中級)	
時間	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00		16:45~17:45	17:35~18:35	
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(上級)			ダンス(小学生)	体操教室(上級)	
時間	16:45~17:45	18:40~19:40			17:30~18:30	18:40~19:40	
クラス	Bilina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	4月 14日	4月 15日	4月 16日	4月 17日	4月 18日	4月 19日	4月 20日
クラス	ヘルス		ハタヨガ		貯筋運動	クラス開放日	
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	スローエアロビック	ヘルス		貯筋運動	野球教室	
時間	13:30~14:30	13:30~14:30	11:00~12:00		10:45~11:45	9:00~10:30	
クラス	チェアヨガ	幼児の体操教室	貯筋運動		幼児の体操教室	スローエアロ(荒島)	陸上教室
時間	14:45~15:45	15:15~16:15	15:00~16:00		15:15~16:15	13:30~14:30	10:00~12:00
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)	シェイプアップ	貯筋運動	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)	スポーツ遊び塾
時間	15:45~16:45	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	15:45~16:45	16:20~17:20	11:00~12:00
クラス	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ	運動遊び	Bilinaスポーツ	体操教室(中級)	
時間	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00	16:00~16:50	16:45~17:45	17:35~18:35	
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(上級)				体操教室(上級)	
時間	16:45~17:45	18:40~19:40				18:40~19:40	
クラス	Bilinaスポーツ		ヨガ&ストレッチ		エアロビック		
時間	17:50~18:50		20:00~21:00		20:00~21:00		
月・日	4月 21日	4月 22日	4月 23日	4月 24日	4月 25日	4月 26日	4月 27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	スローエアロビック	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	13:30~14:30	11:00~12:00		10:45~11:45	9:30~10:30	ゴムバンド体操
クラス	チェアヨガ	幼児の体操教室	貯筋運動		幼児の体操教室	スローエアロ(荒島)	陸上教室
時間	14:45~15:45	15:15~16:15	15:00~16:00		15:15~16:15	13:30~14:30	10:00~12:00
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)	シェイプアップ	貯筋運動	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)	スポーツ遊び塾
時間	15:45~16:45	16:20~17:20	15:00~16:00	14:00~15:00	15:45~16:45	16:20~17:20	11:00~12:00
クラス	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ		Bilinaスポーツ	体操教室(中級)	
時間	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00		16:45~17:45	17:35~18:35	
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(上級)			ダンス(小学生)	体操教室(上級)	
時間	16:45~17:45	18:40~19:40			17:30~18:30	18:40~19:40	
クラス	Bilina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	4月 28日	4月 29日	4月 30日	5月 1日			
クラス	ヘルス	エアロビック	ハタヨガ(5月分)				
時間	10:00~11:00	9:30~10:30	9:30~10:30				
クラス			ヘルス				
時間			11:00~12:00				
クラス		幼児の体操教室					
時間		15:15~16:15					
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(初級)					
時間	15:45~16:45	16:20~17:20					
クラス	バドミントン	体操教室(中級)	運動遊び	ダンス(4月分)			
時間	16:00~17:30	17:35~18:35	16:00~16:50	17:30~18:30			
クラス	Bilinaスポーツ	体操教室(上級)					
時間	16:45~17:45	18:40~19:40					
クラス	Bilinaスポーツ		ヨガ&ストレッチ	エアロビック(5月分)			
時間	17:50~18:50		20:00~21:00	20:00~21:00			