

スクール講座予定表 6月分

月・日	5月 27日	5月 28日	5月 29日	5月 30日	5月 31日	6月 1日	6月 2日
クラス	ヘルス (5月分)	スローエアロ (5月分)	朝ヨガ (5月分)		シェイプアップ (5月分)	クラス開放日	
時間	9:30~10:30	9:30~10:30	9:30~10:30		9:30~10:30	9:00~15:00	
クラス		貯筋運動 (意東・5月分)	ヘルス (5月分)		貯筋運動 (5月分)	野球教室	
時間		11:00~12:00	10:45~11:45		10:45~11:45	9:00~10:30	
クラス				スローエアロ (出張・5月分)	スローエアロ (出張・5月分)	陸上教室	
時間				13:30~14:30	13:30~14:30	10:00~12:00	
クラス		ヘルス (5月分)	スローエアロ (出張・5月分)	貯筋運動 (5月分)	運動あそび (5月分)	シェイプアップ (5月分)	ボール遊び (5月分)
時間		14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	15:30~16:30	15:30~16:30	11:00~12:00
クラス	バドミントン (初級・5月分)	幼児の体操 (5月分)	シェイプアップ (5月分)	幼児のからだ (5月分)	ボウリング (5月分)	ダンス (小学生・5月分)	幼児の体操 (5月分)
時間	15:30~16:45	15:30~16:30	15:30~16:30	15:30~16:30	16:30~17:30	17:30~18:30	15:30~16:30
クラス	体操&運動 (5月分)	体操教室 (初級・5月分)			スポーツ遊び塾 (5月分)	エアロビック (5月分)	体操教室 (初級・5月分)
時間	16:00~17:00	17:00~18:00			16:45~17:45	20:00~21:00	17:00~18:00
クラス	バドミントン (中級・5月分)	体操教室 (中級・5月分)	BBSP (5月分)	ヨガ&ストレッチ (5月分)		ダンス (5月分)	体操教室 (上級・5月分)
時間	16:15~17:30	18:15~19:15	18:30~19:30	20:00~21:00		21:00~22:00	18:15~19:30
月・日	6月 3日	6月 4日	6月 5日	6月 6日	6月 7日	6月 8日	6月 9日
クラス	ヘルス	スローエアロ	朝ヨガリフレッシュ				
時間	9:30~10:30	9:30~10:30	9:30~10:30				
クラス	健美操 (高)	貯筋運動 (意東公)	シェイプアップ		貯筋運動	ビューティー&健康講座 三大アーチとBCBでホームケア!	
時間	14:00~15:00	11:00~12:00	9:30~10:30		10:45~11:45	10:30~11:30	
クラス	シェイプアップ		ヘルス				
時間	15:30~16:30		10:45~11:45				
クラス	バドミントン (初級)	ヘルス	スローエアロビック (出張)	貯筋運動	運動あそび園		ボール遊び
時間	15:30~16:45	14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	15:30~16:30		11:00~12:00
クラス	体操&運動あそび	幼児の体操教室		幼児のからだづくり	ボウリング教室	ダンス (小学生)	幼児の体操教室
時間	16:00~17:00	15:30~16:30		15:30~16:30	16:30~17:30	17:30~18:30	15:30~16:30
クラス	バドミントン (中級)	体操教室 (初級)			スポーツ遊び塾	エアロビック	体操教室 (初級)
時間	16:15~17:30	17:00~18:00			16:45~17:45	20:00~21:00	17:00~18:00
クラス	BBSP	体操教室 (中級)		ヨガ&ストレッチ		ダンス	体操教室 (上級)
時間	18:30~19:30	18:15~19:15		20:00~21:00		21:00~22:00	18:15~19:30
月・日	6月 10日	6月 11日	6月 12日	6月 13日	6月 14日	6月 15日	6月 16日
クラス	ヘルス		朝ヨガリフレッシュ		シェイプアップ	野球教室	エアロビック
時間	9:30~10:30		9:30~10:30		9:30~10:30	9:00~10:30	9:00~10:00
クラス			スローエアロ		貯筋運動	陸上教室	
時間			9:30~10:30		10:45~11:45	10:00~12:00	
クラス			ヘルス	スローエアロビック (出張)	スローエアロビック (出張)	ボール遊び	
時間			10:45~11:45	13:30~14:30	13:30~14:30	11:00~12:00	
クラス		ヘルス	貯筋運動 (意東公)	運動あそび園	シェイプアップ	幼児の体操教室	
時間		14:00~15:00	11:00~12:00	15:30~16:30	15:30~16:30	15:30~16:30	
クラス	バドミントン (初級)	幼児の体操教室	貯筋運動	ボウリング教室	ダンス (小学生)	体操教室 (初級)	
時間	15:30~16:45	15:30~16:30	14:00~15:00	16:30~17:30	17:30~18:30	17:00~18:00	
クラス	体操&運動あそび	体操教室 (初級)		幼児のからだづくり	スポーツ遊び塾	エアロビック	体操教室 (上級)
時間	16:00~17:00	17:00~18:00		15:30~16:30	16:45~17:45	20:00~21:00	18:15~19:30
クラス	バドミントン (中級)	体操教室 (中級)	BBSP	ヨガ&ストレッチ		ダンス	ピラティス&フラ
時間	16:15~17:30	18:15~19:15	18:30~19:30	20:00~21:00		21:00~22:00	19:00~20:00
月・日	6月 17日	6月 18日	6月 19日	6月 20日	6月 21日	6月 22日	6月 23日
クラス	ヘルス	スローエアロ	朝ヨガリフレッシュ		シェイプアップ	エアロビック	
時間	9:30~10:30	9:30~10:30	9:30~10:30		9:30~10:30	9:00~10:00	
クラス		貯筋運動 (意東公)	ヘルス		貯筋運動		
時間		11:00~12:00	10:45~11:45		10:45~11:45		
クラス	健美操 (石)	ヘルス	スローエアロビック (出張)	貯筋運動	運動あそび園	スローエアロビック (出張)	ボール遊び
時間	14:00~15:00	14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	15:30~16:30	13:30~14:30	11:00~12:00
クラス	バドミントン (初級)	幼児の体操教室	シェイプアップ	幼児のからだづくり	ボウリング教室	ダンス (小学生)	幼児の体操教室
時間	15:30~16:45	15:30~16:30	15:30~16:30	15:30~16:30	16:30~17:30	17:30~18:30	15:30~16:30
クラス	体操&運動あそび	体操教室 (初級)			スポーツ遊び塾	エアロビック	体操教室 (初級)
時間	16:00~17:00	17:00~18:00			16:45~17:45	20:00~21:00	17:00~18:00
クラス	バドミントン (中級)	体操教室 (中級)	BBSP			ダンス	体操教室 (上級)
時間	16:15~17:30	18:15~19:15	18:30~19:30			21:00~22:00	18:15~19:30
月・日	6月 24日	6月 25日	6月 26日	6月 27日	6月 28日	6月 29日	6月 30日
クラス	ヘルス	スローエアロ	朝ヨガリフレッシュ		シェイプアップ	エアロビック	
時間	9:30~10:30	9:30~10:30	9:30~10:30		9:30~10:30	9:00~10:00	
クラス		貯筋運動 (意東公)	ヘルス		貯筋運動		
時間		11:00~12:00	10:45~11:45		10:45~11:45		
クラス					スローエアロビック (出張)	ボール遊び	
時間					13:30~14:30	11:00~12:00	
クラス		ヘルス	スローエアロビック (出張)	貯筋運動	運動あそび園	幼児の体操教室	
時間		14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	15:30~16:30	15:30~16:30	
クラス	バドミントン (初級)	幼児の体操教室	シェイプアップ	幼児のからだづくり	ボウリング教室	ダンス (小学生)	体操教室 (初級)
時間	15:30~16:45	15:30~16:30	15:30~16:30	15:30~16:30	16:30~17:30	17:30~18:30	17:00~18:00
クラス	体操&運動あそび	体操教室 (初級)			スポーツ遊び塾	エアロビック	体操教室 (上級)
時間	16:00~17:00	17:00~18:00			16:45~17:45	20:00~21:00	18:15~19:30
クラス	バドミントン (中級)	体操教室 (中級)	BBSP	ヨガ&ストレッチ		ダンス	ピラティス&フラ
時間	16:15~17:30	18:15~19:15	18:30~19:30	20:00~21:00		21:00~22:00	19:00~20:00
月・日	7月 1日	7月 2日	7月 3日	7月 4日	7月 5日	7月 6日	7月 7日
クラス						エアロビック (6月分)	
時間						9:00~10:00	
クラス			ヨガ&ストレッチ (6月分)				
時間			20:00~21:00				

注意：7月1日から7日には、6月分の予定しか記載していません。