

## スクール講座予定表 5月分

月・日	4月 29日	4月 30日	5月 1日	5月 2日	5月 3日	5月 4日	5月 5日
クラス		エアロビック(4月分)	シェイプアップ	エアロビック	ダンス(小学生)		
時間		9:30~10:30	9:30~10:30	9:30~10:30	17:30~18:30		
クラス		スローエアロ(4月分)	貯筋運動		エアロビック		
時間		10:45~11:45	14:00~15:00		20:00~21:00		
クラス					ダンス		
時間					21:00~22:00		
月・日	5月 6日	5月 7日	5月 8日	5月 9日	5月 10日	5月 11日	5月 12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	クラブ開放日	
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	エアロビック	貯筋運動(憲衆公)			貯筋運動	野球教室	
時間	9:30~10:30	11:00~12:00			10:45~11:45	9:00~10:30	
クラス			ヘルス	貯筋運動	スローエアロビック(定数)	エアロビック	
時間			10:45~11:45	14:00~15:00	13:30~14:30	9:30~10:30	
クラス		ヘルス		運動あそび園	幼児の体操教室	陸上教室	
時間		14:00~15:00		15:30~16:30	15:30~16:30	10:00~12:00	
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	ダンス(小学生)	体操教室(初級)	ビューティー&健康講座
時間	15:30~16:45	15:30~16:30	15:30~16:30	15:30~16:30	17:30~18:30	17:00~18:00	三六アーチとBCBでホームケア!
クラス	体操&運動あそび	体操教室(初級)			スポーツ遊び塾	体操教室(上級)	
時間	16:00~17:00	17:00~18:00			16:45~17:45	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	ボール遊び
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	11:00~12:00
月・日	5月 13日	5月 14日	5月 15日	5月 16日	5月 17日	5月 18日	5月 19日
クラス			朝ヨガリフレッシュ	ヘルス	シェイプアップ	野球教室	
時間			9:30~10:30	9:30~10:30	9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス			スローエアロ		貯筋運動	エアロビック	
時間			9:30~10:30		10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス			ヘルス		スローエアロビック(定数)	ボール遊び	
時間			10:45~11:45		13:30~14:30	11:00~12:00	
クラス	健美操(高)	ヘルス	貯筋運動(憲衆公)	運動あそび園	幼児の体操教室		
時間	14:00~15:00	14:00~15:00	11:00~12:00	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	貯筋運動	ボールスポーツ教室	体操教室(初級)		
時間	15:30~16:45	15:30~16:30	14:00~15:00	16:30~17:30	17:00~18:00		
クラス	体操&運動あそび	体操教室(初級)			体操教室(上級)		
時間	16:00~17:00	17:00~18:00			18:15~19:30		
クラス	バドミントン(中級)	体操教室(中級)	BBSP	スポーツ遊び塾	ダンス(小学生)	体操教室(上級)	
時間	16:15~17:30	18:15~19:15	18:30~19:30	16:45~17:45	17:30~18:30	18:15~19:30	
クラス			ヨガ&ストレッチ		エアロビック		
時間			20:00~21:00		20:00~21:00		
クラス					ダンス		
時間					21:00~22:00		
月・日	5月 20日	5月 21日	5月 22日	5月 23日	5月 24日	5月 25日	5月 26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		貯筋運動(憲衆公)	ヘルス		貯筋運動	ボール遊び	
時間		11:00~12:00	10:45~11:45		10:45~11:45	11:00~12:00	
クラス							
時間							
クラス	健美操(石)	ヘルス	スローエアロビック(出費順)	運動あそび園	幼児の体操教室		
時間	14:00~15:00	14:00~15:00	13:30~14:30	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	シェイプアップ	ボールスポーツ教室	体操教室(初級)		
時間	15:30~16:45	15:30~16:30	15:30~16:30	16:30~17:30	17:00~18:00		
クラス	体操&運動あそび	体操教室(初級)			体操教室(上級)		
時間	16:00~17:00	17:00~18:00			18:15~19:30		
クラス	バドミントン(中級)	体操教室(中級)	BBSP	スポーツ遊び塾	ピラティス&フラ		
時間	16:15~17:30	18:15~19:15	18:30~19:30	16:45~17:45	19:00~20:00		
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	スローエアロ	朝ヨガリフレッシュ		シェイプアップ	クラブ開放日	
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(憲衆公)	ヘルス		貯筋運動	陸上教室(5月分)	
時間		11:00~12:00	10:45~11:45		10:45~11:45	10:00~12:00	
クラス					スローエアロビック(出費順)	ボール遊び(5月分)	
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(出費順)	貯筋運動	運動あそび園	シェイプアップ	
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	ボールスポーツ教室	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	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	体操教室(初級)	
時間	16:00~17:00	17:00~18:00			16:45~17:45	17:00~18:00	
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	体操教室(上級)	
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	