

## スクール講座予定表 3月分

月・日	2月 28日	3月 1日	3月 2日	3月 3日	3月 4日	3月 5日	3月 6日	
クラス 時間	ヘルス (2月分) 9:30~10:30		朝ヨガリフレッシュ 9:30~10:30		貯筋運動 9:30~10:30	クラブ開放日 9:00~15:00		
クラス 時間			ヘルス (2月分) 10:45~11:45	運動あそび園 15:30~16:30		スローエアロビック 10:45~11:45		
クラス 時間	健美操 (2月分) 14:00~15:00		スローエアロビック 13:30~14:30	貯筋運動 (2月分) 14:00~15:00	体操教室 (初級) 16:30~17:30	幼児の体操教室 15:20~16:20	スローエアロ (荒島) 13:30~14:30	エアロビック 9:30~10:30
クラス 時間	バドミントン (2月分) 16:00~17:30	幼児の体操教室 15:20~16:20	シェイプアップ 15:00~16:00		スポーツ遊び塾 16:45~17:45	体操教室 (初級) 16:30~17:30		陸上教室 10:00~12:00
クラス 時間		体操教室 (初級) 16:30~17:30	シェイプアップ 18:00~19:00	小学生のダンス (2月分) 17:30~18:30	エアロビック 20:00~21:00	体操教室 (中級B) 17:35~18:35		ボール遊び 11:00~12:00
クラス 時間		体操教室 (中級B) 17:40~18:40	ヨガ&ストレッチ (2月分) 20:00~21:00		ダンス 21:00~22:00	体操教室 (中級A) 18:40~19:40	ピラティス&フラ 19:30~20:30	
月・日	3月 7日	3月 8日	3月 9日	3月 10日	3月 11日	3月 12日	3月 13日	
クラス 時間	ヘルス 9:30~10:30		朝ヨガリフレッシュ 9:30~10:30		貯筋運動 9:30~10:30	野球教室 9:00~10:30		
クラス 時間		貯筋運動 10:00~11:00	ヘルス 10:45~11:45	運動あそび園 15:30~16:30		スローエアロビック 10:45~11:45	エアロビック 9:30~10:30	
クラス 時間		スローエアロビック 13:30~14:30	貯筋運動 14:00~15:00	体操教室 (初級) 16:30~17:30	幼児の体操教室 15:20~16:20	スローエアロ (荒島) 13:30~14:30		
クラス 時間	バドミントン 16:00~17:30	幼児の体操教室 15:20~16:20	シェイプアップ 15:00~16:00		スポーツ遊び塾 16:45~17:45	体操教室 (初級) 16:30~17:30		
クラス 時間		体操教室 (初級) 16:30~17:30	シェイプアップ 18:00~19:00	小学生のダンス 17:30~18:30	エアロビック 20:00~21:00	体操教室 (中級B) 17:35~18:35	ボール遊び 11:00~12:00	
クラス 時間		体操教室 (中級B) 17:40~18:40	ヨガ&ストレッチ 20:00~21:00		ダンス 21:00~22:00	体操教室 (中級A) 18:40~19:40		
月・日	3月 14日	3月 15日	3月 16日	3月 17日	3月 18日	3月 19日	3月 20日	
クラス 時間	ヘルス 9:30~10:30		朝ヨガリフレッシュ 9:30~10:30		貯筋運動 9:30~10:30	陸上教室 10:00~12:00		
クラス 時間		貯筋運動 10:00~11:00	ヘルス 10:45~11:45	運動あそび園 15:30~16:30		スローエアロビック 10:45~11:45	ビューティー&健康講座	
クラス 時間	健美操 14:00~15:00	スローエアロビック 13:30~14:30	貯筋運動 14:00~15:00	体操教室 (初級) 16:30~17:30	幼児の体操教室 15:20~16:20	スローエアロ (荒島) 13:30~14:30	10:45~11:45	
クラス 時間	バドミントン 16:00~17:30	幼児の体操教室 15:20~16:20		スポーツ遊び塾 16:45~17:45	体操教室 (初級) 16:30~17:30		ボール遊び 11:00~12:00	
クラス 時間		体操教室 (初級) 16:30~17:30	小学生のダンス 17:30~18:30	エアロビック 20:00~21:00	体操教室 (中級B) 17:35~18:35			
クラス 時間		体操教室 (中級B) 17:40~18:40	ヨガ&ストレッチ 20:00~21:00	ダンス 21:00~22:00	体操教室 (中級A) 18:40~19:40	ピラティス&フラ 19:30~20:30		
月・日	3月 21日	3月 22日	3月 23日	3月 24日	3月 25日	3月 26日	3月 27日	
クラス 時間		ヘルス 9:30~10:30	朝ヨガリフレッシュ 9:30~10:30		貯筋運動 9:30~10:30	野球教室 9:00~10:30		
クラス 時間	エアロビック 9:30~10:30	貯筋運動 10:00~11:00	ヘルス 10:45~11:45			スローエアロビック 10:45~11:45		
クラス 時間		スローエアロビック 13:30~14:30	貯筋運動 14:00~15:00	Biimaスポーツ体験 15:45~16:45	幼児の体操教室 15:20~16:20	スローエアロ (荒島) 13:30~14:30		
クラス 時間	バドミントン 16:00~17:30	幼児の体操 体験 15:20~16:20	シェイプアップ 15:00~16:00	Biimaスポーツ体験 15:45~16:45	Biimaスポーツ体験 16:45~17:45	体操教室 (初級) 16:30~17:30	ボール遊び 11:00~12:00	
クラス 時間		体操 (初級) 体験 16:30~17:30	シェイプアップ 18:00~19:00	Biimaスポーツ体験 16:45~17:45	エアロビック 20:00~21:00	体操教室 (中級B) 17:35~18:35		
クラス 時間			ヨガ&ストレッチ 20:00~21:00	小学生のダンス 17:30~18:30	ダンス 21:00~22:00	体操教室 (中級A) 18:40~19:40		
月・日	3月 28日	3月 29日	3月 30日	3月 31日	<b>令和4年度のスクール会員受付を、3月7日(月)より行います。</b> <b>年会費(保険料・会場使用料込みの金額)</b> <b>高校生以上4,000円、中学生以下・65歳以上3,700円</b> <b>その他の区分については、事務所にお問合せ下さい。</b>  <b>幼児の体操教室・小学生の器械体操(初級)の体験を3月22日(火)に行います。</b> <b>新規加入者その他の教室加入者の体験のみです。</b>  <b>Biimaスポーツの体験会は3月23日(水)、24日(木)、28日(月)に行います。</b>			
クラス 時間	ヘルス 9:30~10:30							
クラス 時間	健美操 14:00~15:00	貯筋運動 10:00~11:00	ヘルス 10:45~11:45					
クラス 時間	バドミントン 16:00~17:30		貯筋運動 14:00~15:00	運動あそび園 15:30~16:30				
クラス 時間	Biimaスポーツ体験 15:45~16:45	幼児の体操教室 15:20~16:20	シェイプアップ 15:00~16:00	体操教室 (初級) 16:30~17:30				
クラス 時間	Biimaスポーツ体験 16:45~17:45	体操教室 (初級) 16:30~17:30	シェイプアップ 18:00~19:00	小学生のダンス 17:30~18:30				スポーツ遊び塾 16:45~17:45
クラス 時間		体操教室 (中級B) 17:40~18:40	ヨガ&ストレッチ 20:00~21:00					