

スクール講座予定表 6月分

月・日	5月 30日	5月 31日	6月 1日	6月 2日	6月 3日	6月 4日	6月 5日
クラス	ヘルス (5月分)	やさしいヨガ (5月分)	貯筋運動 (5月分)	朝ヨガ (5月分)	貯筋運動	野球教室	
時間	9:30~10:30	10:00~11:00	10:00~11:00	9:30~10:30	9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス	健美操 (5月分)		スロー (下山佐・5月)	ヘルス (5月分)	スローエアロ		
時間	14:00~15:00		10:30~11:30	10:45~11:45	10:45~11:45		
クラス	Biinaスポーツ		スローエアロ (5月分)	貯筋運動 (5月分)	スローエアロ (荒島)	スポーツ遊び塾	
時間	15:45~16:45		13:30~14:30	14:00~15:00	13:30~14:30	11:00~12:00	
クラス	バドミントン (5月分)			Biinaスポーツ			
時間	16:00~17:30			15:45~16:45			
クラス	Biinaスポーツ	幼児の体操 (5月分)	シェイスアッス (5月分)	Biinaスポーツ			
時間	16:45~17:45	15:20~16:20	15:00~16:00	16:45~17:45			
クラス	ダンス (小学生・5月)	体操教室 (初級・5月)	シェイスアッス (5月分)				
時間	17:30~18:30	16:30~17:30	18:00~19:00				
クラス	エアロ (5月分)	体操教室 (中級B・5月)	ヨガ&ストレッチ (5月分)				
時間	20:00~21:00	17:40~18:40	20:00~21:00				
月・日	6月 6日	6月 7日	6月 8日	6月 9日	6月 10日	6月 11日	6月 12日
クラス	ヘルス	やさしいヨガ	貯筋運動	朝ヨガリフレッシュ	貯筋運動		
時間	9:30~10:30	10:00~11:00	10:00~11:00	9:30~10:30	9:30~10:30		
クラス			スローエアロ (下山佐)	ヘルス		スローエアロ	エアロビック
時間			10:30~11:30	10:45~11:45		10:45~11:45	9:30~10:30
クラス	健美操		スローエアロビック	貯筋運動	幼児の体操教室	スローエアロ (荒島)	
時間	14:00~15:00		13:30~14:30	14:00~15:00	15:20~16:20	13:30~14:30	
クラス	Biinaスポーツ	幼児の体操教室	シェイスアッス	Biinaスポーツ	体操教室 (初級)		スポーツ遊び塾
時間	15:45~16:45	15:20~16:20	15:00~16:00	15:45~16:45	16:30~17:30		11:00~12:00
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	シェイスアッス	Biinaスポーツ	体操教室 (中級B)		
時間	16:00~17:30	16:30~17:30	18:00~19:00	16:45~17:45	17:35~18:35		
クラス	Biinaスポーツ	体操教室 (中級B)	ヨガ&ストレッチ	ダンス (小学生)	エアロビック	体操教室 (中級A)	
時間	16:45~17:45	17:40~18:40	20:00~21:00	17:30~18:30	20:00~21:00	18:40~19:40	
月・日	6月 13日	6月 14日	6月 15日	6月 16日	6月 17日	6月 18日	6月 19日
クラス	ヘルス	やさしいヨガ	貯筋運動	朝ヨガリフレッシュ	貯筋運動	クラブ開放日	
時間	9:30~10:30	10:00~11:00	10:00~11:00	9:30~10:30	9:30~10:30	9:00~15:00	
クラス			スローエアロ (下山佐)	ヘルス		スローエアロ	野球教室
時間			10:30~11:30	10:45~11:45		10:45~11:45	9:00~10:30
クラス	健美操		スローエアロビック	貯筋運動	Biinaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ (荒島)
時間	14:00~15:00		13:30~14:30	14:00~15:00	15:45~16:45	15:20~16:20	13:30~14:30
クラス	Biinaスポーツ	幼児の体操教室	シェイスアッス		Biinaスポーツ	体操教室 (初級)	
時間	15:45~16:45	15:20~16:20	15:00~16:00		16:45~17:45	16:30~17:30	陸上教室
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	シェイスアッス	ダンス (小学生)	エアロビック	体操教室 (中級B)	
時間	16:00~17:30	16:30~17:30	18:00~19:00	17:30~18:30	20:00~21:00	17:35~18:35	ビューティー講座
クラス	Biinaスポーツ	体操教室 (中級B)	ヨガ&ストレッチ			体操教室 (中級A)	
時間	16:45~17:45	17:40~18:40	20:00~21:00			18:40~19:40	スポーツ遊び塾
月・日	6月 20日	6月 21日	6月 22日	6月 23日	6月 24日	6月 25日	6月 26日
クラス	ヘルス	やさしいヨガ	貯筋運動	朝ヨガリフレッシュ			
時間	9:30~10:30	10:00~11:00	10:00~11:00	9:30~10:30			
クラス				ヘルス		スローエアロ	
時間				10:45~11:45		10:45~11:45	
クラス	健美操		スローエアロビック	貯筋運動	Biinaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ (荒島)
時間	14:00~15:00		13:30~14:30	14:00~15:00	15:45~16:45	15:20~16:20	13:30~14:30
クラス	Biinaスポーツ	幼児の体操教室	シェイスアッス		Biinaスポーツ	体操教室 (初級)	
時間	15:45~16:45	15:20~16:20	15:00~16:00		16:45~17:45	16:30~17:30	陸上教室
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	シェイスアッス	ダンス (小学生)	エアロビック	体操教室 (中級B)	
時間	16:00~17:30	16:30~17:30	18:00~19:00	17:30~18:30	20:00~21:00	17:35~18:35	ビューティー講座
クラス	Biinaスポーツ	体操教室 (中級B)	ヨガ&ストレッチ			体操教室 (中級A)	
時間	16:45~17:45	17:40~18:40	20:00~21:00			18:40~19:40	スポーツ遊び塾
月・日	6月 27日	6月 28日	6月 29日	6月 30日	7月 1日	7月 2日	
クラス	ヘルス	やさしいヨガ	貯筋運動	朝ヨガリフレッシュ	貯筋運動		
時間	9:30~10:30	10:00~11:00	10:00~11:00	9:30~10:30	9:30~10:30		
クラス			スローエアロ (下山佐)	ヘルス		スローエアロ (7月分)	エアロビック
時間			10:30~11:30	10:45~11:45		10:45~11:45	9:30~10:30
クラス			スローエアロビック	貯筋運動	幼児の体操教室	スロー (荒島・7月)	
時間			13:30~14:30	14:00~15:00	15:20~16:20	13:30~14:30	
クラス	Biinaスポーツ	幼児の体操教室	シェイスアッス		体操教室 (初級)		
時間	15:45~16:45	15:20~16:20	15:00~16:00		16:30~17:30		
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)	シェイスアッス	ダンス (小学生)	エアロビック	体操教室 (中級B)	
時間	16:00~17:30	16:30~17:30	18:00~19:00	17:30~18:30	20:00~21:00	17:35~18:35	
クラス	Biinaスポーツ	体操教室 (中級B)	ヨガ&ストレッチ			体操教室 (中級A)	
時間	16:45~17:45	17:40~18:40	20:00~21:00			18:40~19:40	