スクール講座予定表 9月分

	月曜日	火曜日		水曜日		木曜日	金	金曜日		日曜日	
				1						9月 1日	
月・日	9月 2日	9月	3日	9月	4日	9月 5日	9月	6日	9月 1日	9月	8日
クラス		ヘルス	スローエアロビック	ハタヨ	†í			貯筋運動	野球教室		
時間		10:00~11:00	13:30~14:30	9:30~1				9:30~10:30	9:00~10:30		
クラス 時間		幼児の体操教室 15:15~16:15	貯筋運動 15:00~16:00	へル: 11:00~1				貯筋運動 10:45~11:45	エアロビック 9:30~10:30		
	チェアヨガ(健美操)	体操教室(初級)	シェイプアップ	11 - 00 - 1	2 . 00	Biimaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ(荒島)	スポーツ遊び塾		
時間	14:00~15:00	16 : 20~17 : 20	15 : 00~16 : 00			15 : 45~16 : 45	15 : 15~16 : 15	13:30~14:30	11 : 00~12 : 00		
クラス	Biimaスポーツ	体操教室(中級)	シェイプアップ	貯筋運		Biimaスポーツ	体操教室(初級)				
時間	15:45~16:45	17:35~18:35	18:00~19:00	14:00~1	15 : 00	16:45~17:45	16:20~17:20				
クラス 時間	バドミントン 16:00~17:30	体操教室(上級) 18:40~19:40				ダンス(小学生) 17:30~18:30	体操教室(中級) 17:35~18:35				
クラス	Biimaスポーツ	10 - 40 - 17 - 40	ヨガ&ストレッチ			エアロビック	体操教室(上級)				
時間	16 : 45~17 : 45		Z0 : 00~Z1 : 00			20 : 00~21 : 00	18 : 40~19 : 40				
月·日	9月 9日	9月	10日		118	9月 12日	9月	13日	9月 14日	9月	15日
クラス	ヘルス		スローエアロビック	ハタヨ				貯筋運動	クラフ開放日		
サ間 クラス	10 : 00~11 : 00	幼児の体操教室	13:30~14:30 貯筋運動	9:30~10 ^/L7				9:30~10:30 貯筋運動	9:00~13:00 野球教室		
時間		15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~1				10:45~11:45	9:00~10:30		
クラス	チェアヨガ	体操教室(初級)	シェイプアップ			Biimaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ(荒島)	陸上教室		
時間	14:00~15:00	16:20~17:20	15:00~16:00			15 : 45~16 : 45	15:15~16:15	13:30~14:30	10:00~12:00		
クラス	Biimaスポーツ 15:45~14:45	体操教室(中級)	シェイプアップ	貯筋運 14:00~1		Biimaスポーツ 16: 45~17: 45	体操教室(初級)		スポーツ遊び塾 11:00~12:00		
時間 クラス	15:45~16:45 バドミントン	17:35~18:35 体操教室(上級)	18:00~19:00	14 : 00~1	J · UU	16:45~17:45 ダンス (小学生)	16:20~17:20 体操教室(中級)		11 - 00~12 - 00		
時間	16:00~17:30	18:40~19:40				17:30~18:30	17:35~18:35				
クラス	Biimaスポーツ		ヨガ&ストレッチ			エアロビック	体操教室(上級)		ピラティス		
時間	16 : 45~17 : 45		20 : 00~21 : 00	_		20 : 00~21 : 00	18 : 40~19 : 40		20 : 00~21 : 00		
月・日	9月 16日	9月	178	9月 ハタヨ	18日	9月 19日	9月	20日	9月 21日	9月	22日
クラス 時間	エアロビック 9:30~10:30	へルス 10:00~11:00	スローエアロビック 13:30~14:30	9:30~10				貯筋運動 9:30~10:30	野球教室 9:00~10:30		
クラス		幼児の体操教室	貯筋運動	ヘル				貯筋運動	エアロビック	ビューラ	ティー講座
時間		15 : 15~16 : 15	15 : 00~16 : 00	11 : 00~1	IZ : 00			10 : 45~11 : 45	9:30~10:30	ゴムバ	ンド体操
クラス		体操教室(初級)	シェイプアップ			Biimaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ(荒島)	陸上教室		500円
時間	Biimaスポーツ	16:20~17:20	15:00~16:00	RO271SE	REA.	15:45~16:45	15:15~16:15 体操教室(初級)	13:30~14:30	10:00~12:00 スポーツ遊び塾		800円
クラス 時間	15 : 45~16 : 45	体操教室(中級) 17:35~18:35	シェイプアップ 18:00~19:00	貯筋運 14:00~1		Biimaスポーツ 16:45~17:45	16:20~17:20		11:00~12:00	9 . 30	~10 : 30
クラス	バドミントン	体操教室(上級)	10 00 11 00			ダンス(小学生)	体操教室(中級)		ボールあそび		
時間	16:00~17:30	18 : 40~19 : 40				17 : 30~18 : 30	17 : 35~18 : 35		13:30~14:30		
クラス	Biimaスポーツ		ヨガ&ストレッチ			エアロビック	体操教室(上級)		ピラティス		
時間	16 : 45~17 : 45 9月 23日	9月	20 : 00~21 : 00 24日	0B	25 🖸	20 : 00~21 : 00	18:40~19:40	210	20:00~21:00 9月 28日	08	70日
月・日クラス	7H 60	7F3	スローエアロビック	9月 ハタヨ	25日 ガ	9月 26日	9月	27日 貯筋運動	9月 28日	9月	29日
時間	10:00~11:00		13:30~14:30	9:30~1				9:30~10:30			
クラス		幼児の体操教室	貯筋運動	ヘル	Z			貯筋運動	スポーツ遊び塾		
時間		15 : 15~16 : 15	15:00~16:00	11 : 00~1	IZ : 00			10 : 45~11 : 45	11:00~12:00		
クラス		体操教室(初級)				Biimaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ (荒島) 13:30~14:30			
サラス クラス		16:20~17:20 体操教室(中級)				15:45~16:45 Biimaスポーツ	15:15~16:15 体操教室(初級)	13:30~14:30 貯筋運動			
時間		17:35~18:35				16 : 45~17 : 45	16:20~17:20	14:00~15:00			
クラス		体操教室(上級)				ダンス(小学生)	体操教室(中級)	シェイプアップ			
時間		18:40~19:40	250211 -			17:30~18:30	17:35~18:35	15:15~16:15			
クラス 時間			ヨガ&ストレッチ 20:00~21:00			エアロビック 20:00~21:00	体操教室(上級) 18:40~19:40	シェイプアップ 18:00~19:00			
月・日	9月 30日	10月	18	10月	2日	10月 3日	10月	4日	10月 5日	10月	6日
クラス	ヘルス (10月分)		スローエアロ(10月分)			,	1013	貯筋運動(10月分)	野球教室(10月分)		
時間	10:00~11:00	↓	13:30~14:30	9:30~1				9:30~10:30	9:00~10:30		
クラス		幼児の体操(10月分) 15:15:14:15		ヘルス (10				貯筋運動(10月分)	エアロビック(10月分)		
サラス クラス	チェアヨガ	15:15~16:15 本操教室(初級·10月)	15:00~16:00 シェイプアップ (10月分)	11:00~1	12 - 00			10:45~11:45	9:30~10:30		
時間	14:00~15:00	16 : 20~17 : 20	15:00~16:00					13:30~14:30			
クラス	Biimaスポーツ		シェイプアップ (10月分)						スポーツ遊び塾 (10月分)		
時間	15:45~16:45	17:35~18:35 +協教会(L48:10日)	18:00~19:00	14:00~1	15 : 00	# >.7 /)		11:00~12:00		
クラス 時間	バドミントン 16:00~17:30	本操教室(上級・10月) 18:40~19:40				ダンス(小学生・10月 17:30~18:30)				
クラス	Biimaスポーツ		ヨガ&ストレッチ (10月分)			エアロビック(10月分	•)				
時間	16 : 45~17 : 45		20 : 00~21 : 00			20 : 00~21 : 00					