

スクール講座予定表 2月分

	月曜日	火曜日		水曜日	木曜日	金曜日		土曜日	日曜日
月・日	1月 27日	1月 28日		1月 29日	1月 30日	1月 31日		2月 1日	2月 2日
クラス	ヘルス(1月分)		スローエアロ(1月分)	ハタヨガ(1月分)			貯筋運動(1月分)	野球教室	
時間	10:00~11:00		13:30~14:30	9:30~10:30			9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス		幼児の体操(1月分)	貯筋運動(1月分)	ヘルス(1月分)			貯筋運動(1月分)		
時間		15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00			10:45~11:45		
クラス	チェアヨガ(1月分)	体操教室(初級・1月分)	シェイプアップ(1月分)		Bilaaスポーツ	幼児の体操(1月分)	スローエアロ(完鳥・1月分)	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	Bilaaスポーツ	体操教室(中級・1月分)	シェイプアップ(1月分)	貯筋運動(1月分)	Bilaaスポーツ	体操教室(初級・1月分)			
時間	15:45~16:45	17:35~18:35	18:00~19:00	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20			
クラス	バドミントン(1月分)	体操教室(上級・1月分)		運動遊び(1月分)	ダンス(小学生・1月分)	体操教室(中級・1月分)			
時間	16:00~17:30	18:40~19:40		16:00~16:50	17:30~18:30	17:35~18:35			
クラス	Bilaaスポーツ		ヨガ&ストレッチ(1月分)		エアロビック(1月分)	体操教室(上級・1月分)			
時間	16:45~17:45		20:00~21:00		20:00~21:00	18:40~19:40			
月・日	2月 3日	2月 4日		2月 5日	2月 6日	2月 7日		2月 8日	2月 9日
クラス		ヘルス	スローエアロビック	ハタヨガ(1月分)			貯筋運動	野球教室	
時間		10:00~11:00	13:30~14:30	9:30~10:30			9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス		幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス			貯筋運動	エアロビック	
時間		15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00			10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス		体操教室(初級)	シェイプアップ		Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ(完鳥)	陸上教室	
時間		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	Bilaaスポーツ	体操教室(中級)	シェイプアップ	貯筋運動	Bilaaスポーツ	体操教室(初級)		スポーツ遊び塾	
時間	15:45~16:45	17:35~18:35	18:00~19:00	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20		11:00~12:00	
クラス		体操教室(上級)		運動遊び	ダンス(小学生)	体操教室(中級)		ボールあそび	
時間		18:40~19:40		16:00~16:50	17:30~18:30	17:35~18:35		13:30~14:30	
クラス	Bilaa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	2月 10日	2月 11日	2月 12日		2月 13日	2月 14日		2月 15日	2月 16日
クラス	ヘルス			ハタヨガ			貯筋運動	野球教室	
時間	10:00~11:00			9:30~10:30			9:30~10:30	9:00~10:30	
クラス		幼児の体操教室		ヘルス			貯筋運動		ビューティー講座
時間		15:15~16:15		11:00~12:00			10:45~11:45		ゴムバンド体操
クラス	チェアヨガ(1月分)	体操教室(初級)	スローエアロビック	貯筋運動	Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ(完鳥)	スポーツ遊び塾	会員 500円
時間	14:00~15:00	16:20~17:20	13:30~14:30	14:00~15:00	15:45~16:45	15:15~16:15	13:30~14:30	11:00~12:00	非会員 800円
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室(中級)	貯筋運動	シェイプアップ	Bilaaスポーツ	体操教室(初級)			9:30~10:30
時間	15:45~16:45	17:35~18:35	15:00~16:00	15:15~16:15	16:45~17:45	16:20~17:20			
クラス	バドミントン	体操教室(上級)		シェイプアップ	ダンス(小学生)	体操教室(中級)			
時間	16:00~17:30	18:40~19:40		18:00~19:00	17:30~18:30	17:35~18:35			
クラス	Bilaaスポーツ	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	20:00~21:00			20:00~21:00	18:40~19:40			
月・日	2月 17日	2月 18日		2月 19日	2月 20日	2月 21日		2月 22日	2月 23日
クラス	ヘルス		スローエアロビック				貯筋運動	クラス開放日	
時間	10:00~11:00		13:30~14:30				9:30~10:30	9:00~13:00	
クラス		幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス			貯筋運動	陸上教室	エアロビック
時間		15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00			10:45~11:45	10:00~12:00	9:30~10:30
クラス		体操教室(初級)	シェイプアップ		Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	スローエアロ(完鳥)	スポーツ遊び塾	
時間		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	Bilaaスポーツ	体操教室(中級)	シェイプアップ	貯筋運動	Bilaaスポーツ	体操教室(初級)			
時間	15:45~16:45	17:35~18:35	18:00~19:00	14:00~15:00	16:45~17:45	16:20~17:20			
クラス	バドミントン	体操教室(上級)		運動遊び	ダンス(小学生)	体操教室(中級)			
時間	16:00~17:30	18:40~19:40		16:00~16:50	17:30~18:30	17:35~18:35			
クラス	Bilaa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	2月 24日	2月 25日		2月 26日	2月 27日	2月 28日		3月 1日	3月 2日
クラス			スローエアロビック	ハタヨガ			貯筋運動		ハタヨガ
時間			13:30~14:30	9:30~10:30			9:30~10:30		9:30~10:30
クラス		幼児の体操教室	貯筋運動	ヘルス	Bilaaスポーツ	幼児の体操教室	貯筋運動	エアロビック	
時間		15:15~16:15	15:00~16:00	11:00~12:00	15:45~16:45	15:15~16:15	10:45~11:45	9:30~10:30	
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室(初級)	シェイプアップ		Bilaaスポーツ	体操教室(初級)	スローエアロ(完鳥)		
時間	15:45~16:45	16:20~17:20	15:00~16:00		16:45~17:45	16:20~17:20	13:30~14:30		
クラス	バドミントン	体操教室(中級)	シェイプアップ	貯筋運動	ダンス(小学生)	体操教室(中級)			
時間	16:00~17:30	17:35~18:35	18:00~19:00	14:00~15:00	17:30~18:30	17:35~18:35			
クラス	Bilaaスポーツ	体操教室(上級)	ヨガ&ストレッチ	運動遊び	エアロビック	体操教室(上級)			
時間	16:45~17:45	18:40~19:40	20:00~21:00	16:00~16:50	20:00~21:00	18:40~19:40			
月・日	3月 3日	3月 10日		3月 5日					
クラス	ヘルス			ハタヨガ					
時間	10:00~11:00			9:30~10:30					
クラス	バドミントン								
時間	16:00~17:30								
クラス	チェアヨガ	チェアヨガ							
時間	14:00~15:00	14:00~15:00							