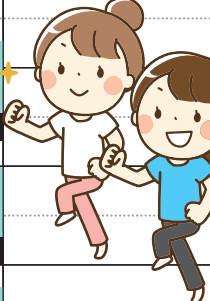
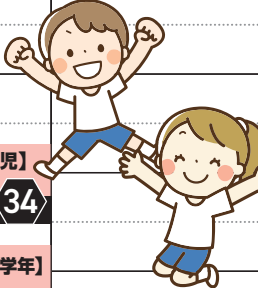


スケジュール

期間 4月10日(月)~6月30日(火・祝)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00						
10:00	癒しのチェアヨガ 9:30~10:30 2月27日・3月13日 ①	ボディシェイプ 9:30~10:30 毎週火曜日開催 ⑧	ビギナーエアロ 9:30~10:30 毎週水曜日開催 ⑬	はじめてピラティス 9:30~10:30 毎週木曜日開催 ⑳		基礎運動 縄跳び・ボール 9:30~10:15 毎週土曜日開催 ㉓
11:00	全身スッキリパワーヨガ 10:45~11:45 2月27日・3月13日 ②	筋膜リリース 10:45~11:45 毎週火曜日開催 ⑨		親子体操【2~3歳】 11:00~12:00 3月9日・23日 ㉔	ポールストレッチ &コアピューティー 10:45~11:45 3月10日・17日・24日 ㉑	
12:00					バレトン 12:00~13:00 3月10日・17日・24日 ㉒	
13:00	エアロビクス 13:15~14:15 3月6日・13日・20日 ③	フラダンス 13:15~14:15 毎週火曜日開催 ⑩	はじめてヨガ 13:15~14:15 毎週水曜日開催 ⑰	ヨガ 13:15~14:15 3月9日・23日 ㉕	ピラティス 13:15~14:15 毎週金曜日開催 ㉖	グループファイト 13:30~14:15 毎週土曜日開催 ㉙
14:00						
15:00	ピラティス 14:30~15:30 3月6日・13日・20日 ④	ステップ 14:30~15:15 毎週火曜日開催 ⑪	はじめてエアロビクス 14:30~15:30 毎週水曜日開催 ⑱	骨盤体操 14:30~15:30 3月9日・23日 ㉗		
16:00	体育スクール【幼児】 15:45~16:30 3月6日・13日・20日 ⑤	HIP HOP【幼児】 15:45~16:30 毎週火曜日開催 ⑫	バレエ【幼児】 15:45~16:30 毎週水曜日開催 ⑲	体育スクール【幼児】 15:45~16:30 3月9日・16日・23日 ㉘	チアダンス【幼児】 15:45~16:30 毎週金曜日開催 ㉚	
17:00	体育スクール【小学生】 ①16:40~17:40 3月6日・13日・20日 ⑥	HIP HOP【低学年】 16:40~17:40 毎週火曜日開催 ⑬	バレエ【低学年】 16:40~17:40 毎週水曜日開催 ㉑	体育スクール【小学生】 ①16:40~17:40 3月9日・16日・23日 ㉙	チアダンス【低学年】 16:40~17:40 毎週金曜日開催 ㉛	
18:00	体育スクール【小学生】 ②17:50~18:50 3月6日・13日・20日 ⑦	HIP HOP【高学年】 17:50~18:50 毎週火曜日開催 ⑭	バレエ【高学年】 17:50~18:50 毎週水曜日開催 ㉒	体育スクール【小学生】 ②17:50~18:50 3月9日・16日・23日 ㉚	チアダンス【高学年】 17:50~18:50 毎週金曜日開催 ㉜	
19:00		大人HIP HOP 19:00~19:45 毎週火曜日開催 ⑮	グループファイト 19:00~19:45 3月1日・8日・22日 ㉓	脂肪燃焼エアロ 19:00~19:45 毎週木曜日開催 ㉔	大人K-POP 19:00~19:45 毎週金曜日開催 ㉕	

全て
初めての方
でも参加
できます!