２０１８年度　第４期【１月～３月】　フリーチケット・マンスリーパス受講可能教室（プール教室は中止）

曜日	日曜日	月曜日		火曜日			水曜日			木曜日		金曜日		土曜日		曜日
場所	スタジオ	スタジオ	アリーナ	スタジオ	小多目的	アリーナ	スタジオ	小多目的	アリーナ	スタジオ	アリーナ	スタジオ	アリーナ	スタジオ	アリーナ	場所
9:30	9:30 リ・メイク ヨガ														9:30 成人 初心者初級 バドミントン ②	9:30
10:00		10:00 ｶﾛﾘｰﾊﾞｰﾅｰ 初級		10:00 ジャズ 体操			10:00 ｷｯｸﾎﾞｸｼﾝｸﾞ エクササイズ ②	10:00 親子体操②	10:00 卓球教室 初級～中級	10:00 ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ エアロ		10:00 ラテン エアロビクス		10:00 ヨガ ③		10:00
10:30	10:45 筋トレ エアロ															10:30
11:00		11:15 ヨ ガ ①		11:15 やさしい エアロビクス	11:15 親子体操①		11:15 アロマ ストレッチ			11:15 フラダンス ①		11:15 フラダンス ②		11:15 ヨガ ④	11:15 小学校 高学年 初心者初級 バドミントン	11:00
11:30																11:30
12:00		12:30 ｷｯｸﾎﾞｸｼﾝｸﾞ エクササイズ ①		12:30 さわやか 体操 ②			12:30 スロー エクササイズ					12:30 パワーヨガ ②				12:00
12:30																12:30
13:00		13:45 さわやか 体操 ①		13:45 高齢者軽 トレーニング			13:45 エアロ & ストレッチ					13:45 健康体操				13:00
13:30																13:30
14:00						14:00 成人 初心者初級 バドミントン ①										14:00
14:30																14:30
15:00			15:00 幼児体育		15:30 骨盤体操		15:00 リラックス ヨガ ①					15:00 リラックス ヨガ ②	15:00 親子トランポリン		☆フリーチケット・マンスリーパス受講可能教室	15:00
15:30																15:30
16:00		16:00 体操教室				16:00 フットサル 低学年①			16:00 フットサル 低学年②		16:00 トランポリン 低学年①		16:00 トランポリン 低学年③			16:00
16:30										16:30 ヒップホップ ジュニア ６歳～１０歳						16:30
17:00			チャレンジ 体操教室 ３年～６年			フットサル 高学年①			フットサル 高学年②		トランポリン 低学年②		トランポリン 高学年		☆教室申込み状況により、受講可能教室を変更する場合があります。	17:00
17:30																17:30
18:00																18:00
18:30																18:30
19:00													19:00 ハンドボール 教室 高学年			19:00
19:30										19:30 パワーヨガ ①		19:30 ヨガ ②				19:30
20:00																20:00
20:30																20:30