

# 2018年度五月山体育館教室（4期）

2019年1月～2019年3月

曜日	日曜日		月曜日		火曜日			水曜日			木曜日		金曜日		土曜日	
	スタジオ	アリーナ	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
9:30	9:30															9:30
10:00	リ・メイク ヨガ		10:00		10:00			10:00	10:00	10:00	10:00		10:00		10:00	成人 バドミントン 教室 ②
10:30			10:00		10:00			10:00	親子体操②		10:00		10:00		10:00	ヨガ ③
11:00	10:45							10:00		卓球教室 (初級～中級) 16歳以上	10:00		10:00			
11:30	筋トレ エアロ		11:15		11:15			11:15		12:00	11:15		11:15		11:15	11:15
12:00			11:15		11:15	親子体操①		11:15			11:15		11:15		11:15	小学校 高学年 バドミントン 4～6年生
12:30			12:30		12:30			12:30			12:30		12:30		12:30	
13:00			12:30		12:30			12:30			12:30		12:30		12:30	
13:30			13:45		13:45			13:45			13:45		13:45		13:45	
14:00			13:45		13:45			14:00			14:00		14:00		14:00	
14:30			15:00		15:00			14:00			14:00		14:00		14:00	
15:00			15:00		15:00			14:00			15:00		15:00		15:00	
15:30			15:00		15:30			15:00			15:00		15:00		15:00	
16:00			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
16:30			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
17:00			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
17:30			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
18:00			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
18:30			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
19:00			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
19:30			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
20:00			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	
20:30			16:00		16:00			16:00			16:00		16:00		16:00	

※プール教室は、被災したプールの今年度中の復旧が不可能の為、募集はしておりません。ご理解ご了承のほどお願いします。