

スクール講座予定表 6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	6月 1日	6月 2日	6月 3日	6月 4日	6月 5日	6月 6日	6月 7日
クラス	ヘルス (4月分)		朝ヨガ (4月分)		貯筋運動 (4月分)	シェイプアップ (4月分)	
時間	9:30~10:30		9:30~10:30		9:30~10:30	9:30~10:30	
クラス		貯筋運動 (4月分)	ヘルス (4月分)			スローエアロ (4月分)	エアロビック (4月分)
時間		11:00~12:00	10:45~11:45			10:45~11:45	9:30~10:30
クラス	健美操 (4月分)	ヘルス (4月分)	スローエアロ (4月分)	貯筋運動 (4月分)	スポーツ遊び (4月分)	幼児の体操 (4月分)	スローエアロ (荒島)
時間	14:00~15:00	14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	16:45~17:45	15:20~16:20	13:30~14:30
クラス		幼児の体操 (4月分)	シェイプアップ (4月分)	運動あそび (4月分)	ダンス (小学生・4月)	本操教室 (初級・4月)	
時間		15:20~16:20	15:30~16:30	15:30~16:30	17:30~18:30	16:25~17:25	ボール遊び (4月分)
クラス	バドミントン (4月分)	本操教室 (初級・4月)	BBSP (4月分)		エアロビック (4月分)	本操教室 (中級・4月)	
時間	16:00~17:30	16:30~17:30	18:30~19:30		20:00~21:00	17:30~18:30	
クラス		本操教室 (初級・4月)	ヨガ&ストレッチ (4月分)		ダンス (4月分)	本操教室 (上級・4月)	
時間		17:40~18:40	20:00~21:00		21:00~22:00	18:35~19:45	
月・日	6月 8日	6月 9日	6月 10日	6月 11日	6月 12日	6月 13日	6月 14日
クラス	ヘルス (4月分)		朝ヨガ (4月分)		貯筋運動 (4月分)	シェイプアップ (4月分)	野球教室 (4月分)
時間	9:30~10:30		9:30~10:30		9:30~10:30	9:30~10:30	9:00~10:30
クラス		貯筋運動 (4月分)	ヘルス (4月分)			スローエアロ (4月分)	エアロビック (4月分)
時間		11:00~12:00	10:45~11:45			10:45~11:45	9:30~10:30
クラス		ヘルス (4月分)	スローエアロ (4月分)	貯筋運動 (4月分)	スポーツ遊び (4月分)	幼児の体操 (4月分)	スローエアロ (荒島)
時間		14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	16:45~17:45	15:20~16:20	13:30~14:30
クラス		幼児の体操 (4月分)	シェイプアップ (4月分)	運動あそび (4月分)	ダンス (小学生・4月)	本操教室 (初級・4月)	
時間		15:20~16:20	15:30~16:30	15:30~16:30	17:30~18:30	16:25~17:25	
クラス	バドミントン (4月分)	本操教室 (初級・4月)	BBSP (4月分)		エアロビック (4月分)	本操教室 (中級・4月)	
時間	16:00~17:30	16:30~17:30	18:30~19:30		20:00~21:00	17:30~18:30	
クラス		本操教室 (初級・4月)	ヨガ&ストレッチ		ダンス (4月分)	本操教室 (上級・4月)	ピラティス&フラ
時間		17:40~18:40	20:00~21:00		21:00~22:00	18:35~19:45	19:00~20:00
クラス							ビューティー&健康講座 洗顔教室
時間							10:45~11:45
クラス							ボール遊び (4月分)
時間							11:00~12:00
月・日	6月 15日	6月 16日	6月 17日	6月 18日	6月 19日	6月 20日	6月 21日
クラス	ヘルス (4月分)		朝ヨガリフレッシュ		貯筋運動	シェイプアップ	野球教室
時間	9:30~10:30		9:30~10:30		9:30~10:30	9:30~10:30	9:00~10:30
クラス		貯筋運動 (4月分)	ヘルス			スローエアロ	エアロビック (4月分)
時間		11:00~12:00	10:45~11:45			10:45~11:45	9:30~10:30
クラス	健美操	ヘルス (4月分)	スローエアロ (4月分)	貯筋運動	スポーツ遊び塾	スローエアロ (荒島)	陸上教室
時間	14:00~15:00	14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	16:45~17:45	13:30~14:30	10:00~12:00
クラス		幼児の体操 (4月分)	シェイプアップ (4月分)	運動あそび園		幼児の体操教室	ボール遊び (4月分)
時間		15:20~16:20	15:30~16:30	15:30~16:30		15:20~16:20	11:00~12:00
クラス	バドミントン (4月分)	本操教室 (初級・4月)	BBSP (4月分)	ダンス (小学生)		体操教室 (初級)	
時間	16:00~17:30	16:30~17:30	18:30~19:30	17:30~18:30		16:25~17:25	
クラス		本操教室 (初級・4月)		エアロビック		体操教室 (中級)	
時間		17:40~18:40		20:00~21:00		17:30~18:30	
クラス				ダンス		体操教室 (上級)	
時間				21:00~22:00		18:35~19:45	
月・日	6月 22日	6月 23日	6月 24日	6月 25日	6月 26日	6月 27日	6月 28日
クラス	ヘルス		朝ヨガリフレッシュ		貯筋運動	シェイプアップ	野球教室
時間	9:30~10:30		9:30~10:30		9:30~10:30	9:30~10:30	9:00~10:30
クラス		貯筋運動 (意索公)	ヘルス			スローエアロ	エアロビック
時間		11:00~12:00	10:45~11:45			10:45~11:45	9:30~10:30
クラス		ヘルス	スローエアロ (出雲郡)	貯筋運動	スポーツ遊び塾	幼児の体操教室	スローエアロ (荒島)
時間		14:00~15:00	13:30~14:30	14:00~15:00	16:45~17:45	15:20~16:20	13:30~14:30
クラス	バドミントン	幼児の体操教室	シェイプアップ	運動あそび園	ダンス (小学生)	体操教室 (初級)	
時間	16:00~17:30	15:20~16:20	15:30~16:30	15:30~16:30	17:30~18:30	16:25~17:25	ボール遊び
クラス		体操教室 (初級)	BBSP		エアロビック	体操教室 (中級)	
時間		16:30~17:30	18:30~19:30		20:00~21:00	17:30~18:30	
クラス		体操教室 (初級)	ヨガ&ストレッチ		ダンス	体操教室 (上級)	ピラティス&フラ
時間		17:40~18:40	20:00~21:00		21:00~22:00	18:35~19:45	19:00~20:00
月・日	6月 29日	6月 30日	注意事項				
クラス	ヘルス		① 4月月謝納入済みの方は、4月中開講の教室不足分を6月に受講できます。6月分として、残りの回数料金にて受講できます。 例1: 4月分 健美操、ヨガ&ストレッチ・・・1回 6月分 健美操、ヨガ&ストレッチ・・・2回 1,000円 例2: 4月分火曜・幼児の体操、小学生の体操 (初級)・・・3回 6月分火曜・幼児の体操、小学生の体操 (初級)・・・2回 1,000円 ② 4月、5月お休みを事前に連絡頂いた方は、6月分として受講できます。 ③ 4月お休みの連絡無しで休まれた方は、4月分の月謝は納入して頂きます。 ①の方と同じように、不足分を6月に受講できます。				
時間	9:30~10:30						
クラス		貯筋運動 (意索公)					
時間		11:00~12:00					
クラス	健美操	ヘルス					
時間	14:00~15:00	14:00~15:00					
クラス		スローエアロ (出雲郡)					
時間		13:30~14:30					
クラス	バドミントン	幼児の体操教室					
時間	16:00~17:30	15:20~16:20					
クラス		BBSP					
時間		18:30~19:30					
クラス	バドミントン	体操教室 (初級)					
時間	16:00~17:30	16:30~17:30					
クラス		体操教室 (初級)					
時間		17:40~18:40					

お肌を整えることで、身体を守ることができます

教室によって回数が変わりますし、それぞれの条件が変わりますので、不明な点は事務局にお尋ねください。