

2023年6月度

教室名	場所	時間	対象	開催日				教室名	場所	時間	対象	開催日												
<b>火曜日</b>							<b>金曜日</b>																	
ヨガ教室	ドリームアリーナ	13:30~14:30	16歳以上の男女	6	13	20	27	バドミントン教室	ドリームアリーナ /竹小	17:30~18:30	5歳~15歳以下の男女	2	9	16	23	30								
子ども体操教室	ドリームアリーナ	16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	6	13	20	27	バドミントン選手コース	ドリームアリーナ /竹小	18:30~20:30		2	9	16	23	30								
バドミントン選手コース	ドリームアリーナ	18:00~21:00	5歳~15歳以下の男女	6	13	20	27	ルディックウォーキング教室	B&G 尾上体育館	10:00~11:00	16歳以上の男女	2	9	16	23									
シェイプアップ教室	B&G尾上体育館	19:30~20:30	18歳以上の男女	6	13	20	27	ジュニアホール教室		18:00~19:00	5歳~12歳以下の男女	2	9		23	30								
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	健康を保ちたい16歳以上の男女	6	13	20	27	アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	16歳以上の男女	2	9	16	23									
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	6	13	20	27	成人水泳教室		①13:00~14:00	16歳以上の男女	2	9	16	23									
子ども水泳教室		①15:45~16:45	5歳~15歳以下の男女	6	13	20	27			②19:30~20:30		5歳~15歳以下の男女	2	9	16	23								
		②16:45~17:45						6		13	20		27	①15:45~16:45	2	9	16	23						
成人水泳教室		19:30~20:30	16歳以上の男女	6	13	20	27	②16:45~17:45		2	9	16	23											
パーソナルトレーニング		要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください				パーソナルトレーニング		要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください												
<b>水曜日</b>							<b>土曜日</b>																	
バドミントン教室	ドリームアリーナ	17:30~18:30	5歳~15歳以下の男女	7	14	21	28	ヨガ教室	改善センター	10:00~11:00	16歳以上の男女	3	10	17	24									
バドミントン選手コース		18:30~20:30		7	14	21	28	子ども体操教室	ドリームアリーナ /竹小	16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	3	10	17	24									
女性のための健康エクササイズ	B&G尾上体育館	10:00~11:30	16歳以上の男女	7	14	21	28	バドミントン教室	ドリームアリーナ /竹小	18:00~19:00	5歳~15歳以下の男女	3	10	17	24									
子ども体操教室		16:30~17:30	5歳~12歳以下の男女	7	14	21	28	バドミントン選手コース	ドリームアリーナ /竹小	19:00~21:00		3	10	17	24									
アクアエクササイズ	平賀屋内 温水プール	①11:00~11:45	16歳以上の男女	7	14	21	28	子ども体操教室	B&G尾上体育館	10:30~11:30	5歳~12歳以下の男女	3	10	17	24									
		②19:30~20:30		7	14	21	28	ジュニア野球教室	尾上野球場/B&G尾 上体育館	17:00~18:30	小学1年生~6年生の男女		10	17	24									
成人水泳教室		13:00~14:00	16歳以上の男女	7	14	21	28	キッズTボール体験会	尾上野球場/B&G尾 上体育館	15:15~16:30	幼児				24									
子ども水泳教室		①15:45~16:45	5歳~15歳以下の男女	7	14	21	28	子ども水泳教室	平賀屋内 温水プール	① 9:50~10:50	5歳~15歳以下の男女	3	10	17	24									
		②16:45~17:45								7		14	21	28	②10:50~11:50	3	10	17	24					
パーソナルトレーニング		要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください						③13:50~14:50		3	10	17	24									
<b>木曜日</b>							<b>日曜日</b>																	
ヨガ教室	改善センター/ ドリームアリーナ	①13:30~14:30	16歳以上の男女	1	8	15	22			29		ソフトテニス教室	B&G尾上体育館/ 尾上テニスコート	10:00~11:30	5歳~小学6年生の男女	4	11	18	25					
		改善センター/ ドリームアリーナ		②19:30~20:30	1	8	15			22											29			
スラックライン教室	ドリームアリーナ	17:00~18:00	小学生以上の男女	1	8	15		29	子ども水泳教室	平賀屋内 温水プール	① 9:50~10:50		5歳~15歳以下の男女	4							11	18	25	
ソフトテニス教室	平賀テニスコート	17:30~19:00	5歳~12歳以下の男女	1	8	15	22	29			②10:50~11:50			4							11	18	25	
健康塾	平賀屋内 温水プール	11:00~11:45	健康を保ちたい16歳以上の男女	1	8	15	22				③13:50~14:50			4							11	18	25	
アクアエクササイズ		13:00~13:45	16歳以上の男女	1	8	15	22				④14:50~15:50			4							11	18	25	
子ども水泳教室		①15:45~16:45	5歳~15歳以下の男女	1	8	15	22			① 9:50~10:50	5歳~15歳以下の男女	4	11	18	25									
	②16:45~17:45	1															8	15	22					
パーソナルトレーニング	要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください				パーソナルトレーニング	要予約	15歳以上の男女	お問い合わせください														