

2

2023

February

ベッパアリーナ教室・レッスン

スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			休館日	スポーツ教室② 10:00～12:00	バドミントン教室 10:00～12:00	
				ファンクショナルヨガ 10:30～11:15	バレトン 10:30～11:15	
				ストレッチ教室② 14:00～14:50	ニコニコエアロ② 13:30～14:15	
				キッズダンススクール 18:00～19:00	ZUMBA GOLD 18:30～19:15	
5	6	7	8	9	10	11
	ストレッチ教室① 10:00～10:50	スポーツ教室① 10:00～12:00	休館日	スポーツ教室② 10:00～12:00	バドミントン教室 10:00～12:00	
		ニコニコステップ 13:30～14:15		ファンクショナルヨガ 10:30～11:15	バレトン 10:30～11:15	
	ZUMBA GOLD 13:45～14:30	シェイプアップボクサ 19:00～19:45		ストレッチ教室② 14:00～14:50	ニコニコエアロ② 13:30～14:15	
		ニコニコエアロ① 20:00～20:45		キッズダンススクール 18:00～19:00	ZUMBA GOLD 18:30～19:15	
12	13	14	15	16	17	18
		トータルピラティス 10:30～11:15	休館日	スポーツ教室② 10:00～12:00		
		ニコニコステップ 13:30～14:15		ファンクショナルヨガ 10:30～11:15		
		シェイプアップボクサ 19:00～19:45		ストレッチ教室② 14:00～14:50		
		ニコニコエアロ① 20:00～20:45		キッズダンススクール 18:00～19:00		
19	20	21	22	23	24	25
	ストレッチ教室① 10:00～10:50	スポーツ教室① 10:00～12:00	休館日		バドミントン教室 10:00～12:00	
		トータルピラティス 10:30～11:15		バレトン 10:30～11:15		
	ZUMBA GOLD 13:45～14:30	ニコニコステップ 13:30～14:15		ニコニコエアロ② 13:30～14:15		
		シェイプアップボクサ 19:00～19:45		ZUMBA GOLD 18:30～19:15		
		ニコニコエアロ① 20:00～20:45				
26	27	28				
	ストレッチ教室① 10:00～10:50	スポーツ教室① 10:00～12:00				
	ZUMBA GOLD 13:45～14:30	トータルピラティス 10:30～11:15				