

6

2025 June

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	5	6	7	
	SSKテニススクール	ニコニコステップ	休館日	ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～	バトミントン教室		
		シェイクアップボクサ		手のひら健康バレ	ニコニコエアロ②		
		ニコニコエアロ①		ストレッチ教室②	ZUMBA GOLD(金)		
				キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ビギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	運動能力向上教室		
8	9	10	11	12	13	14	
	SSKテニススクール	スポーツ教室	休館日	ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～	バレトン		
		トータルピラティス		ストレッチ教室②	ニコニコエアロ②		
		ストレッチ教室①		ニコニコステップ	キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ビギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	運動能力向上教室	
		ZUMBA GOLD(月)		ZUMBA GOLD(火) 体をサポート教室 シェイプアップボクサ			
	ソフトバレーボール教室	ニコニコエアロ①					
15	16	17	18	19	20	21	
	SSKテニススクール	スポーツ教室	休館日	【教室・レッスン体験会】 10:30～14:50 開催教室 ・ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～ ・レディースソフトバレーボール ・ストレッチ教室	バトミントン教室		
		トータルピラティス		手のひら健康バレ	バレトン		
		ZUMBA GOLD(火)		フリースタイルダンス教室	ZUMBA GOLD(金)		
		体をサポート教室		キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ビギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	運動能力向上教室		
22	23	24	25	26	27	28	
	SSKテニススクール 予備日	スポーツ教室	休館日	ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～	バレトン		
		ストレッチ教室①		トータルピラティス	手のひら健康バレ		
		ソフトバレーボール教室		ZUMBA GOLD(火)	ストレッチ教室②		
		ZUMBA GOLD(月)		体をサポート教室	フリースタイルダンス教室	ZUMBA GOLD(金)	
				キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ビギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)			
29	30	1	2	3	4	5	
	peek a body	【身体のゆがみ測定会】 日程 6月30日(月) 時間 10:00～18:00 ※定員20名		【教室・レッスン体験会】 日程 6月19日(木) 時間 10:30～14:50 ※定員: ヨガ・ストレッチ10名・ソフトバレー12名			
	SSKテニススクール予備日						
	ストレッチ教室①						
	ソフトバレーボール教室						
	ZUMBA GOLD(月)						

【各教室の時間割】

★月曜日	★火曜日	★木曜日	★金曜日
<ul style="list-style-type: none"> SSKテニススクール(10:00～11:20) ストレッチ教室①(10:00～10:50) ソフトバレーボール教室(19:00～21:00) ZUMBA GOLD月(13:45～14:30) 	<ul style="list-style-type: none"> スポーツ教室(10:00～12:00) 体をサポート教室(14:00～15:00) トータルピラティス(10:30～11:45) ニコニコステップ(13:30～14:15) ZUMBA GOLD火(15:00～15:45) シェイプアップボクサ(19:00～19:45) ニコニコエアロ①(20:00～20:45) 	<ul style="list-style-type: none"> SSKテニススクール(10:00～11:20) 手のひら健康バレ教室(10:30～12:00) ファンクショナルヨガ(10:30～11:15) ストレッチ教室②(14:00～14:50) フリースタイルダンス教室(18:00～19:00) <キッズダンススクール> スタータークラス(17:00～18:00) ビギナークラス(18:05～19:05) アドバンスクラス(19:10～20:10) 	<ul style="list-style-type: none"> バトミントン教室(10:00～12:00) バレトン(10:30～11:15) ニコニコエアロ②(13:30～14:15) ZUMBA GOLD金(18:30～19:15) 運動能力向上教室(17:30～18:30)

※各教室につき開催場所・料金等、異なりますので詳細はスタッフまでお聞きください。また、定員に達し次第締め切りとさせていただきますのでご承知下さいませ。
別府市総合体育館(ベッパアリーナ)・公園テニスコート < 指定管理者: シンコースポーツ九州株式会社 >