

9

2025 September

ベっぷアリーナ教室・レッスン スケジュール

日	月	火	水	木	金	土			
31	1	2	3	4	5	6			
	ストレッチ教室①	スポーツ教室 トータルピラティス	休館日	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)	バドミントン教室				
	ZUMBA GOLD	ニコニコステップ ZUMBA GOLD(火) 体をサポート教室			ニコニコエアロ② ZUMBA GOLD				
	ソフトバレー教室	シェイプアップポクサ ニコニコエアロ①			運動能力向上教室				
7	8	9			10		11	12	13
	ストレッチ教室①	スポーツ教室 トータルピラティス			休館日		フリースタイルダンス教室		キッズダンススクール 土曜日クラス
	ZUMBA GOLD	ニコニコステップ 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)						
	ソフトバレー教室	シェイプアップポクサ ニコニコエアロ①							
14	15	16	17	18		19	20		
		スポーツ教室 トータルピラティス	休館日	レディースソフトバレーボール教室		バドミントン教室	キッズダンススクール 土曜日クラス		
		ニコニコステップ ZUMBA GOLD(火) 体をサポート教室		ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～	バレトン				
		シェイプアップポクサ ニコニコエアロ①		ストレッチ教室②	ニコニコエアロ②				
				フリースタイルダンス教室	ZUMBA GOLD				
				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				
21	22	23	24	25	26	27			
	ストレッチ教室①		休館日	レディースソフトバレーボール教室	バレトン	キッズダンススクール 土曜日クラス			
	ZUMBA GOLD			ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～	ニコニコエアロ②				
	ソフトバレー教室			ストレッチ教室②	ZUMBA GOLD				
				フリースタイルダンス教室	運動能力向上教室				
				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)					
28	29	30	1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p align="center">- イベント情報 -</p> <p align="center">【身体のゆがみ測定会】</p> <p align="center">日程 9月29(月)</p> <p align="center">時間 10:00～18:00</p> <p align="center">※定員20名</p>  </div>					
		ZUMBA GOLD(火)	休館日						

【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(10:30～11:15) ニコニコステップ(13:30～14:15) ZUMBA GOLD火(15:00～15:45) シェイプアップポクサ(19:00～19:45) ニコニコエアロ①(20:00～20:45) 	<ul style="list-style-type: none"> レディースソフトバレー教室(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"> バドミントン教室(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) <p align="center">★土曜日</p> <ul style="list-style-type: none"> キッズダンススクール(17:00～18:00)

※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(ベっぷアリーナ)・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 >