

4

2026 April

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
28	29	30	1	2	3	4
			休館日	ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～ キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ピギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	バレトン 運動能力向上教室	キッズダンススクール 土曜日クラス
5	6	7	8	9	10	11
	ZUMBA GOLD(火)		休館日	ママさんバレーボール教室 ストレッチ教室② フリースタイルダンス教室 キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ピギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	バドミントン教室 バレトン ニコニコエアロ② ZUMBA GOLD(金)	
12	13	14	15	16	17	18
	ストレッチ教室① ZUMBA GOLD(月) ソフトバレー教室	ヨガ教室 スポーツ教室 トータルピラティス ニコニコステップ ZUMBA GOLD(火) 体をサポート教室 シェイプアップボクサ ニコニコエアロ①	休館日	ママさんバレーボール教室 ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～ ストレッチ教室② フリースタイルダンス教室 キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ピギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	バドミントン教室 バレトン ニコニコエアロ② ZUMBA GOLD(金) 運動能力向上教室	キッズダンススクール 土曜日クラス
19	20	21	22	23	24	25
	ストレッチ教室① SSKテニススクール ソフトバレー教室	ヨガ教室 スポーツ教室 トータルピラティス ニコニコステップ ZUMBA GOLD(火) 体をサポート教室 シェイプアップボクサ ニコニコエアロ①	休館日	ママさんバレーボール教室 ファンクショナルヨガ ～筋膜リリース～ ストレッチ教室② フリースタイルダンス教室 キッズダンススクール ・スタータークラス(初級) ・ピギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	バドミントン教室 ニコニコエアロ② ZUMBA GOLD(金)	キッズダンススクール 土曜日クラス
26	27	28	29	30	31	
	ストレッチ教室① SSKテニススクール ZUMBA GOLD(月) ソフトバレー教室	ヨガ教室 スポーツ教室 ニコニコステップ ZUMBA GOLD(火) 体をサポート教室 シェイプアップボクサ ニコニコエアロ①		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"> ・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) ・SSKテニススクール(10:00～11:20) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ヨガ教室(9:15～10:00) ・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"> ・ママさんバレー教室(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) ・ピギナークラス(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)
			★土曜日
			<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(ベッパアリーナ)・公園テニスコート < 指定管理者：シンコスポーツ九州株式会社 >