

8

2026

August

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
26	27	28	29	30	31	1
						キッズダンススクール 土曜日クラス
						SSKジュニアテニス土
2	3	4	5	6	7	8
	ZUMBA GOLD(月)	ヨガ教室 トータルピラティス ニコニコステップ	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	バドミントン教室 バレー ニコニコエアロ②	キッズダンススクール 土曜日クラス
	SSKジュニアテニス月	ZUMBA GOLD(火) シェイプアップボクサ ニコニコエアロ①		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) ・ビギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	ZUMBA GOLD(金) 運動能力向上教室	SSKジュニアテニス土
9	10	11	12	13	14	15
	ストレッチ教室① SSKジュニアテニス月 ソフトバレー教室		休館日	フリースタイルダンス 教室	バドミントン教室	
16	17	18	19	20	21	22
	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 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 バレー 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 SSKジュニアテニス土
23	24	25	26	27	28	29
	ストレッチ教室① SSKジュニアテニス月 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	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) ・ビギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	バレー ニコニコエアロ② ZUMBA GOLD(金) 運動能力向上教室	SSKジュニアテニス土
30	31					
	ZUMBA GOLD(月) SSKジュニアテニス月					

【各教室の時間割】

★月曜日	★火曜日	★木曜日	★金曜日
・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) ・SSKジュニアテニス月(17:00～18:00)	・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)	・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) ・ビギナークラス(18:05～19:05) ・アドバンスクラス(19:10～20:10)	・バドミントン教室(10:00～12:00) ・バレー(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 ・キッズダンススクール(9:00～10:00) ・SSKジュニアテニス土(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：シンコスポート九州株式会社 >