

9

2023 SEPTEMBER

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 |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">- イベント情報 -</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 10px;"> <p>9月29日 (金)</p> <p>10:00~19:00</p> <p>身体のゆがみ測定会</p> </div> </div> </div> | | | <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; width: 60px; height: 60px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="background-color: black; color: white; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">休館日</div> </div> | | バドミントン教室 10:00~12:00 | |
| | | | | | バレトン 10:30~11:15 | |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | SSKテニススクール 10:00~11:20 | | <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; width: 60px; height: 60px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="background-color: black; color: white; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">休館日</div> </div> | | ファンクショナルヨガ 10:30~11:15 | ニコニコエアロ② 13:30~14:15 |
| | ストレッチ教室① 10:00~10:50 | | | ストレッチ教室② 14:00~14:50 | | |
| | ZUMBA GOLD 13:45~14:30 | | | キッズダンス スタータークラス 17:00~18:00 キッズダンス ビギナークラス 18:05~19:05 | ZUMBA GOLD 18:30~19:15 | |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| | SSKテニススクール 10:00~11:20 | トータルピラティス 10:30~11:15 | <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; width: 60px; height: 60px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="background-color: black; color: white; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">休館日</div> </div> | | ファンクショナルヨガ 10:30~11:15 | バドミントン教室 10:00~12:00 |
| | ストレッチ教室① 10:00~10:50 | ニコニコステップ 13:30~14:15 | | ストレッチ教室② 14:00~14:50 | バレトン 10:30~11:15 | |
| | ZUMBA GOLD 13:45~14:30 | シェイプアップポクサ 19:00~19:45 | | キッズダンス スタータークラス 17:00~18:00 キッズダンス ビギナークラス 18:05~19:05 | ニコニコエアロ② 13:30~14:15 | ZUMBA GOLD 18:30~19:15 |
| | | ニコニコエアロ① 20:00~20:45 | | | | |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | | トータルピラティス 10:30~11:15 | <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; width: 60px; height: 60px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="background-color: black; color: white; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">休館日</div> </div> | | ファンクショナルヨガ 10:30~11:15 | バドミントン教室 10:00~12:00 |
| | | ニコニコステップ 13:30~14:15 | | ストレッチ教室② 14:00~14:50 | バレトン 10:30~11:15 | |
| | | シェイプアップポクサ 19:00~19:45 | | キッズダンス スタータークラス 17:00~18:00 キッズダンス ビギナークラス 18:05~19:05 | ニコニコエアロ② 13:30~14:15 | |
| | | ニコニコエアロ① 20:00~20:45 | | | ZUMBA GOLD 18:30~19:15 | |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | ストレッチ教室 10:00~10:50 | トータルピラティス 10:30~11:15 | <div style="border: 2px solid black; border-radius: 50%; width: 60px; height: 60px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="background-color: black; color: white; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">休館日</div> </div> | | キッズダンス スタータークラス 17:00~18:00 | |
| | | ニコニコステップ 13:30~14:15 | | キッズダンス ビギナークラス 18:05~19:05 | | |
| | ZUMBA GOLD 13:45~14:30 | 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 | | | | |