

1

2026 べっぷアリーナ教室・レッスン スケジュール

日

月

火

水

木

金

土

29

30

31

1

2

3

- イベント情報 -

【身体のゆがみ測定会】

日程 1月26日(月)

時間 10:00~18:00

※定員20名



12/28~1/3 年末年始休館日

休館日

休館日

休館日

休館日

キッズダンススクール
土曜日クラス

キッズダンススクール
土曜日クラス

キッズダンススクール
土曜日クラス

キッズダンススクール
土曜日クラス

4	5	6	7	8	9	10
	ストレッチ教室①	ニコニコステップ 体をサポート教室 ZUMBA GOLD(火) シェイプアップボクサ ニコニコエアロ①	休館日	レディースソフトバレー教室 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) ・ビギナークラス(中級) ・アドバンスクラス(上級)	バレトン ニコニコエアロ② 運動能力向上教室	キッズダンススクール 土曜日クラス
11	12	13	14	15	16	17
	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 体をサポート教室	休館日	レディースソフトバレー教室 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) ・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
18	19	20	21	22	23	24
	ストレッチ教室①	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	レディースソフトバレー教室 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) ・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
25	26	27	28	29	30	31
	peek a body	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) シェイプアップボクサ ニコニコエアロ①	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)	ZUMBA GOLD(金)	キッズダンススクール 土曜日クラス

【各教室の時間割】

★月曜日

- ・ストレッチ教室①(10:00~10:50)
- ・ソフトバレー教室(19:00~21:00)
- ・ZUMBA GOLD月(13:45~14:30)

★火曜日

- ・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)

★木曜日

- ・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)

★金曜日

- ・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

- ・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。

別府市総合体育館(べっぷアリーナ)・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 >