

コース名	曜	時間	1月				2月				3月							
シェイプピラティス	月	10:15~11:45		6日	12日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
わこう・からだ健康塾A	月	10:00~11:00		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
わこう・からだ健康塾B	月	11:15~12:15		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
カラダ調整ヨガ	月	12:30~13:30		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
キッズサッカー	月	15:15~16:15		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
ジュニアサッカーA	月	16:30~17:30		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
ジュニアサッカーB	月	17:40~18:40		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
ジュニアサッカー選抜	月	18:50~19:50		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
ジュニアバスケットボールA	月	16:00~17:00		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
ジュニアバスケットボールB	月	17:00~18:00		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
バレエ	月	18:45~20:15		6日	13日	20日	27日		3日	10日	17日	24日		3日	10日	17日	24日	31日
ハワイアンフラ中級	火	11:15~12:15		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
ハワイアンフラ初級	火	12:30~13:30		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
引き締めボディA	火	13:45~14:45		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
ジュニアバレエ	火	17:00~18:00		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
マルチスポーツプログラム	火	15:30~16:30		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
キッズラクロス	火	16:45~17:45		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
b j アカデミーバスケットボールスクール	火	18:00~19:30		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
b j アカデミーバスケットボールスクール	火	19:30~21:00		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
ジュニア卓球	火	17:10~18:10		7日	14日	21日	28日		4日	11日	18日	25日		4日	11日	18日	25日	
すっきりメンテナンスヨガ	水	11:15~12:15	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
大人のバドミントン教室	水	10:00~11:30	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ジュニアバドミントンA	水	16:00~17:00	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ジュニアバドミントンB	水	17:10~18:10	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
背骨コンディショニングC	水	10:30~11:45	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
わこう・からだ健康塾C	水	13:30~14:30	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ヨガ骨盤ケア	水	12:30~13:30	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ジュニア空手A	水	15:50~16:50	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ジュニア空手B	水	16:55~17:55	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ジュニア空手C	水	18:00~19:00	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
キッズ体操	水	15:10~16:10	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ジュニア体操	水	16:20~17:20	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
キッズバレエ	水	16:30~17:30	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
ジュニアバレエ	水	17:45~18:45	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
リラックスヨガ	水	19:15~20:15	1日	8日	15日	22日	29日		5日	12日	19日	26日		5日	12日	19日	26日	
みるみるよくなるヨガ	木	9:40~10:40	2日	9日	16日	23日	30日		6日	13日	20日	27日		6日	13日	20日	27日	
ヨガ	木	10:50~11:50	2日	9日	16日	23日	30日		6日	13日	20日	27日		6日	13日	20日	27日	
太極拳	木	13:20~14:20	2日	9日	16日	23日	30日		6日	13日	20日	27日		6日	13日	20日	27日	
フィットネスバレエ	木	18:45~20:15	2日	9日	16日	23日	30日		6日	13日	20日	27日		6日	13日	20日	27日	
ベビトレヨガ	金	11:00~12:00	3日	10日	17日	24日		7日	14日	21日			7日	14日	21日			
わこう・からだ健康塾D	金	13:00~14:00	3日	10日	17日	休	31日		7日	14日	21日	休		7日	14日	21日	休	
引き締めボディB	金	11:30~12:30	3日	10日	17日	24日	31日		7日	14日	21日	28日		7日	14日	21日	28日	
ジュニアダンスA	金	16:00~17:00	3日	10日	17日	館	31日		7日	14日	21日	館		7日	14日	21日	館	
ジュニアダンスB	金	17:10~18:10	3日	10日	17日	24日	31日		7日	14日	21日	28日		7日	14日	21日	28日	
ジュニアダンス選抜	金	18:20~19:20	3日	10日	17日	日	31日		7日	14日	21日	日		7日	14日	21日	日	
ジュニア空手中級~上級	土	9:15~10:15	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
ジュニア空手初級	土	10:15~11:15	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
背骨コンディショニングA	土	10:00~11:15	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
背骨コンディショニングB	土	11:30~12:45	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
ブラジリアン柔術	土	11:30~12:30	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
キッズダンス入門	土	12:15~13:00	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
キッズダンス初級	土	13:15~14:00	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
ハワイアンフラ	土	15:30~16:30	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
ジュニアダンス初級	土	16:45~17:45	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
ジュニアダンス中級	土	17:50~18:50	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
ジュニアダンス上級	土	18:55~19:55	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
大人の書道教室(硬筆・毛筆選択)	土	13:00~14:00	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	
子供の書道教室(硬筆・毛筆選択)	土	13:00~14:00	4日	11日	18日	25日		1日	8日	15日	22日		1日	8日	15日	22日	29日	