

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