

# 末広スタジオ教室・末広体育館教室

(2023年度 第1期)

教室名	曜日	回数	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
ボディメイクピラティス	月	13	10:15～11:15	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26				
身体機能改善	月	13	11:30～12:30	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26				
社交ダンス	月	13	13:15～14:45	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26				
ボディメイクピラティス	火	13	10:15～11:15	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27				
パワーヨガボディコンディショニング	火	13	19:30～20:30	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27				
ダンスエアロ	水	12	10:15～11:15	4/5	12	19	26	5/10	17	24	31	6/7	14	21	28	-				
ビューティーヨガ	水	12	11:30～12:30	4/5	12	19	26	5/10	17	24	31	6/7	14	21	28	-				
ヘルシーストレッチ 前半	水	12	13:00～14:15	4/5	12	19	26	5/10	17	24	31	6/7	14	21	28	-				
ヘルシーストレッチ 後半	水	12	14:30～15:45	4/5	12	19	26	5/10	17	24	31	6/7	14	21	28	-				
Zumba®	木	12	10:10～11:00	4/6	13	20	27	5/11	18	25	6/1	8	15	22	29	-				
Enjoy エアロ	金	12	10:15～11:15	4/7	14	21	28	5/12	19	26	6/2	9	16	23	30	-				
英語 de キッズチア	土	12	10:00～10:50	4/1	8	15	22	5/6	13	20	27	6/3	10	17	24	-				
英語 de ジュニアチア	土	12	11:05～11:55	4/1	8	15	22	5/6	13	20	27	6/3	10	17	24	-				
ボディメイクピラティス	日	13	10:15～11:15	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	28	6/4	11	18	25				

	曜日	回数	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
バドミントン	月	13	10:00～12:00	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26	-	-	-	
ハワイアンフラ	木	16	11:15～12:15	4/6	13	20	27	5/11	18	25	6/1	8	15	22	29	7/6	13	20	27	
ハワイアンフラ入門	金	16	11:30～12:30	4/7	14	21	28	5/12	19	26	6/2	9	16	23	30	7/7	14	21	28	
小学生バスケットボール(未経験～初級者)	土	15	9:00～10:15	4/1	8	15	22	5/6	13	27	6/3	10	17	24	7/1	8	15	29	-	
小学生バスケットボール(経験者)	土	15	10:20～11:50	4/1	8	15	22	5/6	13	27	6/3	10	17	24	7/1	8	15	29	-	

# 末広スタジオ教室・末広体育館教室

(2023年度 第II期)

教室名	曜日	回数	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
ボディメイクピラティス	月	9	10:15～11:15	7/3	10	24	31	21	28	9/4	11	25	-	-	-					
身体機能改善	月	9	11:30～12:30	7/3	10	24	31	21	28	9/4	11	25	-	-	-					
社交ダンス	月	9	13:15～14:45	7/3	10	24	31	21	28	9/5	12	25	-	-	-					
ボディメイクピラティス	火	12	10:15～11:15	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	12	19	26					
パワーヨガボディコンディショニング	火	12	19:30～20:30	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	12	19	26					
ダンスエアロ	水	12	10:15～11:15	7/5	12	19	26	8/2	9	23	30	9/6	13	20	27					
ビューティーヨガ	水	12	11:30～12:30	7/5	12	19	26	8/2	9	23	30	9/6	13	20	27					
ヘルシーストレッチ 前半	水	12	13:00～14:15	7/5	12	19	26	8/2	9	23	30	9/6	13	20	27					
ヘルシーストレッチ 後半	水	12	14:30～15:45	7/5	12	19	26	8/2	9	23	30	9/6	13	20	27					
Zumba®	木	12	10:10～11:00	7/6	13	20	27	8/3	10	24	31	9/7	14	21	28					
Enjoy エアロ	金	12	10:15～11:15	7/7	14	21	28	8/4	18	25	9/1	8	15	22	29					
英語 de キッズ チア	土	11	10:00～10:50	7/1	8	15	22	29	8/19	26	9/2	9	16	30	-					
英語 de ジュニア チア	土	11	11:05～11:55	7/1	8	15	22	29	8/19	26	9/2	9	16	30	-					
ボディメイクピラティス	日	11	10:15～11:15	7/2	9	16	23	30	20	27	9/3	10	17	24	-					

# 末広スタジオ教室・末広体育館教室

(2023年度 第Ⅲ期)

※バドミントン、ハワイアンフラ、小学生バスケットボール教室は、第Ⅱ期です。

教室名	曜日	回数	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
ボディメイクピラティス	月	10	10:15～11:15	10/2	16	23	30	11/6	13	20	27	12/11	18	-	-					
身体機能改善	月	10	11:30～12:30	10/2	16	23	30	11/6	13	20	27	12/11	18	-	-					
社交ダンス	月	10	13:15～14:45	10/2	16	23	30	11/6	13	20	27	11	18	-	-					
ボディメイクピラティス	火	12	10:15～11:15	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	19					
パワーヨガボディコンディショニング	火	12	19:30～20:30	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	19					
ダンスエアロ	水	12	10:15～11:15	10/4	11	18	25	11/1	8	15	22	29	12/6	13	20					
ビューティーヨガ	水	12	11:30～12:30	10/4	11	18	25	11/1	8	15	22	29	12/6	13	20					
ヘルシーストレッチ 前半	水	12	13:00～14:15	10/4	11	18	25	11/1	8	15	22	29	12/6	13	20					
ヘルシーストレッチ 後半	水	12	14:30～15:45	10/4	11	18	25	11/1	8	15	22	29	12/6	13	20					
Zumba®	木	11	10:10～11:00	10/5	12	19	26	11/2	9	16	30	12/7	14	21	-					
Enjoy I70	金	10	10:15～11:15	10/6	13	20	27	11/10	17	24	12/1	8	15	-	-					
英語 de キッズ チア	土	11	10:00～10:50	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	16	-					
英語 de ジュニア チア	土	11	11:05～11:55	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	16	-					
ボディメイクピラティス	日	12	10:15～11:15	10/1	8	15	22	29	11/5	12	19	26	12/3	10	17					

	曜日	回数	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
バドミントン	月	13	10:00～12:00	9/4	11	25	10/2	16	23	30	11/6	13	20	27	12/11	18	-	-	-	
ハワイアンフラ	木	16	11:15～12:15	8/3	17	24	31	9/7	14	21	28	10/5	12	19	26	11/2	9	16	30	
ハワイアンフラ入門	金	15	11:30～12:30	8/4	18	25	9/1	8	15	22	29	10/6	13	20	27	11/10	17	24	-	
小学生バスケットボール(未経験～初級者)	土	15	9:00～10:15	9/2	9	16	30	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	16	-	
小学生バスケットボール(経験者)	土	15	10:20～11:50	9/2	9	16	30	10/7	14	21	28	11/4	11	18	25	12/2	9	16	-	

# 末広スタジオ教室・末広体育館教室

(2023年度 第Ⅳ期)

※バドミントン、ハワイアンフラ、小学生バスケットボール教室は、第Ⅲ期です。

教室名	曜日	回数	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
ボディメイクピラティス	月	10	10:15～11:15	1/15	22	29	2/5	19	26	3/4	11	18	25	-	-					
身体機能改善	月	10	11:30～12:30	1/15	22	29	2/5	19	26	3/4	11	18	25	-	-					
社交ダンス	月	10	13:15～14:45	1/15	22	29	2/5	19	26	3/4	11	18	25	-	-					
ボディメイクピラティス	火	12	10:15～11:15	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/5	12	19	26					
パワーヨガボディコンディショニング	火	12	19:30～20:30	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/5	12	19	26					
ダンスエアロ	水	11	10:15～11:15	1/10	17	24	31	2/7	14	21	28	3/6	13	27	-					
ビューティーヨガ	水	11	11:30～12:30	1/10	17	24	31	2/7	14	21	28	3/6	13	27	-					
ヘルシーストレッチ 前半	水	11	13:00～14:15	1/10	17	24	31	2/7	14	21	28	3/6	13	27	-					
ヘルシーストレッチ 後半	水	11	14:30～15:45	1/10	17	24	31	2/7	14	21	28	3/6	13	27	-					
Zumba®	木	12	10:10～11:00	1/11	18	25	2/1	8	15	22	29	3/7	14	21	28					
Enjoy I70	金	11	10:15～11:15	1/12	19	26	2/2	9	16	3/1	8	15	22	29	-					
英語 de キッズ チア	土	12	10:00～10:50	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/2	9	16	23	30					
英語 de ジュニア チア	土	12	11:05～11:55	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/2	9	16	23	30					
ボディメイクピラティス	日	12	10:15～11:15	1/14	21	28	2/4	11	18	25	3/3	10	17	24	31					

	曜日	回数	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
バドミントン	月	10	10:00～12:00	1/15	22	29	2/5	19	26	3/4	11	18	25	-	-	-	-	-		
ハワイアンフラ	木	15	11:15～12:15	12/7	14	21	1/11	18	25	2/1	8	15	22	29	3/7	14	21	28		
ハワイアンフラ入門	金	14	11:30～12:30	12/1	8	15	1/12	19	26	2/2	9	16	3/1	8	15	22	29	-		
小学生バスケットボール 未経験～初級者	土	12	9:00～10:15	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/2	9	16	23	30	-	-	-		
小学生バスケットボール 経験者	土	12	10:20～11:50	1/13	20	27	2/3	10	17	24	3/2	9	16	23	30	-	-	-		