

	月曜日	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日									
		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール								
9:00	休館日						☆体操場で実施						朝幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 9:00～10:15	14日21日実施	9:00						
10:00		はじめてエアロ 西中 10:00～10:45				健美操 大城 9:45～10:45	モーニングヨガ 松本 9:30～10:30	ZUMBA 上利 9:40～10:25		空手 教室 A 9:40～10:40		朝Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 10:15～11:30	障がい者(児)水泳教室	10:00							
11:00		かんたんエアロ 西中 11:00～11:45	大人水泳教室 2コース使用 10:30～11:30		ヨガ 松本 11:15～12:15		BODYBALANCE 梅津 11:00～11:45	オリジナルケア 上利 10:30～11:30		空手 教室 B 10:45～11:45		ファンクショナル・ ローラー・ピラティス ちさこ 10:30～11:30		11:00							
12:00												大人水泳教室 1コース使用 11:45～12:45			12:00						
13:00			ヨガ 桑山 12:30～13:30													13:00					
14:00			ベリーダンス 古俣 14:00～15:00						大人バレエ教室 れいな 13:45～14:45					BC 3才～小学6年 (ひよこ～10級) 13:15～14:30		14:00					
15:00			幼児A 2才半～未就学児 (ひよこ～15級) 14:30～15:30		幼児A 2才半～未就学児 (ひよこ～15級) 14:30～15:30	ヨガ 桑山 14:30～15:30	幼児A 2才半～未就学児 (ひよこ～15級) 14:30～15:30		幼児A 2才半～未就学児 (ひよこ～15級) 14:30～15:30	太極拳 森田/神藤 15:00～16:00	幼児B 2才半～未就学児 (ひよこ～15級) 14:30～15:30			幼児A 2才半～未就学児 (ひよこ～15級) 14:30～15:30		15:00					
16:00			幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 15:30～16:45	kidsヒップホップ A 甲田 15:40～16:40	幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 15:30～16:45		幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 15:30～16:45	初めてのこどもバレエ A れい 16:30～17:30	幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 15:30～16:45	初めてのこどもバレエ A れいな 16:30～17:30	幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 15:30～16:45	kidsストリートダンス A 山口 16:00～17:00		幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 15:30～16:45							
17:00			Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 16:45～18:00	kidsヒップホップ B 甲田 16:50～17:50	Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 16:45～18:00		Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 16:45～18:00	初めてのこどもバレエ A れいな 16:45～18:00	Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 16:45～18:00	初めてのこどもバレエ A れいな 16:45～18:00	Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 16:45～18:00	kidsストリートダンス B 山口 17:10～18:10		Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 16:45～18:00	YOGA 辻本 19:00～20:00						
18:00			Dクラス 小学1年～中学 (7級～BS) 18:00～19:15	kidsヒップホップ C 甲田 18:00～19:00	Dクラス 小学1年～中学 (7級～BS) 18:00～19:15		Dクラス 小学1年～中学 (7級～BS) 18:00～19:15	初めてのこどもバレエ B れい 17:45～18:45	Dクラス 小学1年～中学 (7級～BS) 18:00～19:15	初めてのこどもバレエ B れいな 17:45～18:45	Dクラス 小学1年～中学 (7級～BS) 18:00～19:15	kidsストリートダンス C 山口 18:20～19:20		Dクラス 小学1年～中学 (7級～BS) 18:00～19:15	2024年 4月						
19:00															日	月	火	水	木	金	土
															3月31日	1	2	3	4	5	6
															休講日	休館日	9	10	11	12	13
															7	8	16	17	18	19	20
														14	15	23	24	25	26	27	
													21	22	30	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日		
													28	29	休講日	休講日	休講日	休講日	休講日		
21:00	午後 9 時 で 閉 館 で す。																				

※ 担当者が変更となる場合もございます。

あらかじめ、ご了承ください。



・・・無料プログラム(施設利用料でどなたでも参加できます。)

カラー

・・・有料プログラム(予め、お申込みが必要です。)

大阪府高石市綾園4-5-28

TEL 072-267-1223

※今月は無料プログラムの実施はございませんURL ⇒⇒⇒<http://www.konamisportsandlife.co.jp/trust/takaishi/>