

	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											幼児B 3才～小学2年 (ひよこ～13級) 9:00～10:15	5日実施 障がい者(児) 水泳教室	9:00					
10:00		はじめてエアロ 西中 10:00～10:45	大人水泳教室			健美操 大城 9:45～10:45		ZUMBA 上利 9:40～10:25		空手 教室 A 9:40～10:40	Cクラス 小学1年～中学 (17級～8級) 10:15～11:30			10:00					
11:00		かんたんエアロ 西中 11:00～11:45		2コース使用 10:30～11:30		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					11:00				
12:00				ヨガ 松本 11:15～12:15							大人水泳教室 (奥1コース使用) 11:45～12:45	ファンクショナル・ ローラー・ピラティス ちさこ 11:30～12:30			12:00				
13:00			ヨガ 桑山 12:30～13:30												13:00				
14:00		ベリーダンス 古侯 14:00～15:00	★幼児A即入会可能		★幼児A即入会可能		★幼児A即入会可能	大人バレエ教室 れいな 13:45～14:45	★幼児A即入会可能			BC 3才～小学6年 (ひよこ～10級) 13:15～14:30							
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 谷川 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							
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	YOGA 辻本 19:00～20:00							
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	初めてのこどもバレエ A れいな 16:30～17:30	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 16:30～17:30	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	★3月28日(火)～3月31日(金)★ 春休み短期水泳教室を行います。							
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	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	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	2023年 3月							
19:00													日	月	火	水	木	金	土
20:00		ファンクショナル・ ローラー・ピラティス YUKI 19:30～20:30	パワフルアクア 梅津 19:30～20:15	ヨガ 豊原 19:30～20:30	大人水泳教室 1コース使用 19:30～20:30	ヨガ 有門 19:30～20:30					BODYBALANCE 山下 19:45～20:30	大人水泳教室 1コース使用 19:30～20:30	5	6 休館日	7	8	9	10	11
21:00													12	13 休館日	14	15	16	17	18
													19	20 休館日	21	22	23	24	25
													26	27 休館日	28 短期教室	29 短期教室	30 短期教室	31 短期教室	
													3月29日(水)～4月1日(土) 教室は休講日です。						
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。

★お子様だけ(中学生以下)の一般利用はお断りいたします。

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

URL =>>>http://www.konamisportsandlife.co.jp/trust/takaishi/