

	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	4日11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	2日9日実施 水泳教室 (奥3コース貸出) 10:00~11:00	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							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	幼児B 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 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 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		年末年始の休館日 12月29日(木)~1月3日(火)でございます。																				
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 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		2022年 12月																				
19:00			★Dクラス即入会可能		★Dクラス即入会可能		★Dクラス即入会可能		★Dクラス即入会可能					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 有門 19:45~20:30	大人水泳教室 1コース使用 19:30~20:30		4	5	6	7	8	9	10														
21:00		午後9時で閉館です。											11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
														1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日													

※ 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/