

# 無料教室体験会スケジュール

|       | 10月2日(月)  |                             |   | 10月3日(火) |                       |                                     | 10月4日(水)                      |      |                        | 10月5日(木)   |  | 10月6日(金)                            |                               |                             |
|-------|---|-----------------------------|---|----------|-----------------------|-------------------------------------|-------------------------------|------|------------------------|--|--|-------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|
|       | 大体育室  | 小体育室                        | 研修室   | 小体育室     | 武道場                   | 研修室                                 | 会議室                           | 大体育室 | 研修室                    | 会議室  | 大体育室   | 研修室                                 | 研修室                           |                             |
| 9:00  |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 9:30  |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 10:00 |   | 卓球教室<br>9:30~11:30          | ベビーヨーガ<br>9:30~10:30                                      |          |                       | 太極拳①<br>9:30~10:30                  |                               |      | よちよち親子<br>9:10~10:10   |  |  | リラクゼーション<br>ヨーガ<br>9:10~10:10       | 親子フィット<br>リトミック<br>9:10~10:10 |                             |
| 10:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 11:00 |   |                             | シェイプアップ<br>エアロ<br>10:45~11:45                             |          |                       | やさしい<br>ヨーガ<br>10:45~11:45          |                               |      | わんぱく親子<br>10:20~11:20  | こころからの<br>元気を<br>取り戻す!<br>足つぼ<br>入門講座<br>10:00~<br>12:00 | 旅先で<br>使える<br>イタリア語<br>(前期)<br>10:30~<br>12:00 | フラダンス②<br>10:20~11:20               | かんたん<br>ピラティス<br>10:20~11:20  |                             |
| 11:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 12:00 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      | フラダンス①<br>11:30~12:30  |  |  | ボディケア<br>11:30~12:30                | らくらく<br>健康体操<br>11:30~12:30   |                             |
| 12:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 13:00 |   | バドミントン<br>教室<br>13:00~15:00 |   |          |                       |                                     |                               |      |                        | リラックス<br>ヨーガ<br>12:40~13:40                              |  |                                     | かんたん<br>エアロ<br>12:40~13:40    | いきいき<br>健康体操<br>12:40~13:40 |
| 13:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 14:00 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 14:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        | ZUMBA①<br>13:55~14:55                                    |  |                                     | ビューティ<br>ピラティス<br>13:55~14:55 | エアロピクス<br>13:50~14:50       |
| 15:00 |   |                             |   |          |                       |                                     | 脳が目ざめる<br>アート塾<br>14:00~16:00 |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 15:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 16:00 | 川崎<br>フロンターレ<br>フットサル教室<br>小学1.2年生<br>15:50~17:00 |                             |   |          | キッズ空手<br>15:30~16:30  |                                     |                               |      | キッズチア<br>15:10~16:10   | Kids英会話<br>15:30~<br>16:15                               |  | キッズダンス<br>15:10~16:10               | キッズ体操<br>15:00~16:00          |                             |
| 16:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 17:00 | 川崎<br>フロンターレ<br>フットサル教室<br>小学3.4年生<br>17:10~18:20 |                             | 富士通<br>レッドウェーブ<br>バスケットボール<br>教室<br>小学3-4年<br>16:30~17:40 |          | ジュニア空手<br>16:45~17:45 |                                     |                               |      | ジュニアチア①<br>16:25~17:25 | Jr英会話<br>16:30~<br>17:15                                 |  | ジュニアダンス<br>①<br>16:25~17:25         | ジュニア体操①<br>16:10~17:10        |                             |
| 17:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 18:00 |   |                             | 富士通<br>レッドウェーブ<br>バスケットボール<br>教室<br>小学5-6年<br>17:50~19:00 |          |                       |                                     |                               |      | ジュニアチア②<br>17:40~18:40 |  |  | ジュニアダンス<br>②<br>17:40~18:40         | ジュニア体操②<br>17:20~18:20        |                             |
| 18:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 19:00 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 19:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 20:00 |   |                             |   |          |                       | 都度開催<br>グループファイ<br>①<br>19:00~20:00 |                               |      | ピラティス<br>19:00~20:00   |  |  | ヨーガ<br>19:00~20:00                  |                               |                             |
| 20:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |
| 21:00 |   |                             |   |          |                       | リフレッシュ<br>ヨーガ<br>20:15~21:15        |                               |      | ZUMBA②<br>20:15~21:15  |  |  | 都度開催<br>グループファイ<br>②<br>20:15~21:15 |                               |                             |
| 21:30 |   |                             |   |          |                       |                                     |                               |      |                        |  |  |                                     |                               |                             |

■ 大人教室  
■ こども教室  
■ カルチャー教室