三ヶ日B&G海洋センター　三幸株式会社

令和2年度第4期全教室スケジュール

【教室申込開始日】

こども教室（スイム、キッズダンス、器械体操）：11月24日(火)～
おとな教室（スイム、スタジオ）：12月7日(月)～

プール系教室

種目名	曜日	1	2	3	4	5	※6	7	8	9	10	11	※12
幼児スイム教室 小学生スイム教室 【火～金】 幼(15:30～) 小①(16:30～) 小②(17:30～) 【土】 幼(14:30～) 小①(15:30～) 小②(16:30～)	火曜日	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/2	3/9	3/16	3/23
	水曜日	1/6	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24
	木曜日	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/11	2/18	2/25	3/4	3/11	3/18	3/25
	金曜日	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26
	土曜日	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	3/27
はじめてスイム (10:15～10:45)	月曜日	1/4	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	3/22
おとな水泳教室 (11:00～12:00)													
アクアウォーキング (13:25～13:55)	水曜日	1/6	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24
おとな水泳教室 (14:00～15:00)													
アクアウォーキング (10:15～10:45)	金曜日	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26
おとな水泳教室 (11:00～12:00)													

※　幼児・小学生スイム教室は6、１２回目に「進級テスト」をおこないます。

スタジオ系教室

種目名	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
器械体操教室 【低学年】 (16:30～) 【高学年】 (17:30～)	水曜日	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17		
キッズダンス教室 【幼児】 (16:30～) 【小学生】 (17:30～)	木曜日	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/11	2/18	2/25	3/4	3/11	3/18	3/25
ヨガセラピー教室 (9:30～10:30)	月曜日	1/4	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	3/22
バレトン教室 (10:45～11:45)		1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	3/22		
コーディネーション トレーニング教室 (10:00～11:00)	火曜日	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/2	3/9	3/16	3/23
体幹 トレーニング教室 (9:30～10:30)	水曜日	1/6	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10		
エアロビクス教室 (10:45～11:45)													
ダンスエアロ (19:00～20:00)													
ゆがみリセット ①(9:30～10:30) ②(10:45～11:45)	木曜日	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/11	2/18	2/25	3/4	3/11	3/18	3/25
軽運動教室 (9:50～10:35)	金曜日	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/26	3/5	3/12	3/26		
ヨガ教室 (10:45～11:45)													
太極拳 (10:45～11:45)		1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19	3/26

※ヨガセラピーへの振替はできません。

※やむをえず日程が変更となる場合がございます。予めご了解ください。