

月	火	水	木	金	土	日	
			1	1	2	3	4
<p>【営業時間】 8:30~21:30(火~土曜日)、 8:30~17:00(日曜日) 【休館日】 月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始</p>			<p>ZUMBA (14:00~14:45)</p> <p>リラックスヨガ (14:55~15:55)</p> <p>★ミニバスケット教室 (19:30~21:00)</p>	<p>JOYBEAT・ストレッチ (9:00~9:30)</p> <p>JOYBEAT・エアロビ (10:30~11:30)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p>			
<p>教室内容・受講料金等のお問い合わせは アリーナ事務所まで TEL:0847-41-8500</p>							
5	6	7	8	9	10	11	
<p>JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)</p> <p>★キッズスポーツ (16:30~17:15)</p>	<p>生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45)</p> <p>JOYBEAT・シェイプ (17:00~18:00)</p> <p>卓球教室 (19:00~21:00)</p>	<p>健康ヨガ教室 (10:30~11:30)</p> <p>ZUMBA (14:00~14:45)</p> <p>リラックスヨガ (14:55~15:55)</p> <p>★ミニバスケット教室 (19:30~21:00)</p>	<p>JOYBEAT・ストレッチ (9:00~9:30)</p> <p>JOYBEAT・エアロビ (10:30~11:30)</p> <p>健康ヨガ教室 (14:00~15:00)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p>		<p>★バレーボール教室 (9:30~11:30)</p>		
12	13	14	15	16	17	18	
	<p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red;">休 館 日</p>	<p>JOYBEAT・シェイプ (17:00~18:00)</p>		<p>JOYBEAT・ストレッチ (9:00~9:30)</p> <p>JOYBEAT・エアロビ (10:30~11:30)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p>			
19	20	21	22	23	24	25	
<p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red;">休 館</p>	<p>JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)</p> <p>★キッズスポーツ (16:30~17:15)</p>	<p>生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45)</p> <p>JOYBEAT・シェイプ (17:00~18:00)</p> <p>卓球教室 (19:00~21:00)</p>	<p>健康ヨガ教室 (10:30~11:30)</p> <p>ZUMBA (14:00~14:45)</p> <p>リラックスヨガ (14:55~15:55)</p> <p>★ミニバスケット教室 (19:30~21:00)</p>	<p>JOYBEAT・ストレッチ (9:00~9:30)</p> <p>JOYBEAT・エアロビ (10:30~11:30)</p> <p>健康ヨガ教室 (14:00~15:00)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p>	<p>★バレーボール教室 (9:30~11:30)</p>		
26	27	28	29	30	31	1	
<p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red;">日</p>	<p>JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)</p> <p>★キッズスポーツ (16:30~17:15)</p>	<p>生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45)</p> <p>JOYBEAT・シェイプ (17:00~18:00)</p> <p>卓球教室 (19:00~21:00)</p>	<p>健康ヨガ教室 (10:30~11:30)</p> <p>ZUMBA (14:00~14:45)</p> <p>リラックスヨガ (14:55~15:55)</p> <p>★ミニバスケット教室 (19:30~21:00)</p>	<p>JOYBEAT・ストレッチ (9:00~9:30)</p> <p>JOYBEAT・エアロビ (10:30~11:30)</p> <p>健康ヨガ教室 (14:00~15:00)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p>	 <p>(☆はキッズ向け教室)</p>		