

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	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>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>			<p>生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) JOYBEAT・シェイプ (17:30~18:30)</p> <p>卓球教室 (19:00~21:00)</p>	<p>★ミニバスケット教室 (19:00~21:00)</p>	<p>JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p> <p>JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料</p>	
5	6	7	8	9	10	11
休館日		<p>JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)</p>	<p>生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) JOYBEAT・シェイプ (17:30~18:30)</p> <p>卓球教室 (19:00~21:00)</p>	<p>健康ヨガ教室 (10:30~11:30)</p> <p>★ミニバスケット教室 (19:00~21:00)</p>	<p>健康ヨガ教室 (14:00~15:00)</p> <p>JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p> <p>JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料</p>	<p>★バレーボール教室 ※閉講式 (9:30~11:30)</p>
12	13	14	15	16	17	18
休館日		<p>JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)</p>	<p>生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) JOYBEAT・シェイプ (17:30~18:30)</p> <p>卓球教室 (19:00~21:00)</p>	<p>★ミニバスケット教室 (19:00~21:00)</p>	<p>JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p> <p>JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料</p>	
19	20	21	22	23	24	25
休館日		<p>JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)</p> <p>★キッズスポーツ 幼児クラス (16:30~17:15)</p> <p>★キッズスポーツ 小学生クラス (17:30~18:30)</p>	<p>生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) JOYBEAT・シェイプ (17:30~18:30)</p> <p>卓球教室 (19:00~21:00)</p>	<p>健康ヨガ教室 (10:30~11:30)</p> <p>★ミニバスケット教室 (19:00~21:00)</p>	<p>健康ヨガ教室 (14:00~15:00)</p> <p>JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00)</p> <p>JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00)</p> <p>JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料</p>	<p>★バレーボール教室 (9:30~11:30)</p>
26	27	28	29	30	1	2
休館日		<p>JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)</p> <p>★キッズスポーツ 幼児クラス (16:30~17:15)</p> <p>★キッズスポーツ 小学生クラス (17:30~18:30)</p>	<p>JOYBEAT・シェイプ (17:30~18:30)</p>	<p>健康ヨガ教室 (10:30~11:30)</p>		

(☆はキッズ向け教室)