

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
		JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00) ☆キッズスポーツ 幼児クラス (16:30~17:15) ☆キッズスポーツ 小学生クラス (17:30~18:30)	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) 卓球教室 (19:00~21:00)	健康ヨガ教室 (10:30~11:30) ☆ミニバスケット教室 (19:00~21:00)	健康ヨガ教室 (14:00~15:00) JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00) JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00) JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料	
6	7	8	9	10	11	12
	休館日	☆キッズスポーツ 幼児クラス (16:30~17:15) ☆キッズスポーツ 小学生クラス (17:30~18:30)	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) 卓球教室 (19:00~21:00)	健康ヨガ教室 (10:30~11:30) ☆ミニバスケット教室 (19:00~21:00)	健康ヨガ教室 (14:00~15:00) JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00) JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00) JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料	☆バレーボール教室 (9:30~11:30) ※南の丘体育館
13	14	15	16	17	18	19
	休館日	JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)	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) 卓球教室 (19:00~21:00)	☆ミニバスケット教室 (19:00~21:00)	JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00) JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00) JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料	
20	21	22	23	24	25	26
			休館日	☆ミニバスケット教室 (19:00~21:00)	JOYBEAT・エアロビ (18:00~19:00) JOYBEAT・格闘 (19:00~20:00) JOYBEAT・ストレッチ (20:00~20:30) ※無料	☆バレーボール教室 (9:30~11:30)
27	28	29	30	1	2	
	休館日	JOYBEAT・格闘 (14:00~15:00)	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) 卓球教室 (19:00~21:00)			【営業時間】 8:30~21:30(火~土) 8:30~17:00(日) 【休館日】 月曜日 (祝日の場合は翌平日) 年末年始 教室内容・受講料金 のお問合せは アリーナ事務所まで TEL:0847-41-8500 (☆はキッズ向け教室)