

# 東板橋体育館 2017年 10月～ プログラムスケジュール

H29.10.01 改訂

	月曜日<MON>					火曜日<TUE>					水曜日<WED>					木曜日<THU>					金曜日<FRI>					土曜日<SAT>					日曜日<SUN>								
	スタジオ	プール	競技場	武道場1	武道場2	スタジオ	プール	競技場	武道場1	武道場2	スタジオ	プール	競技場	武道場1	武道場2	スタジオ	プール	競技場	武道場1	武道場2	スタジオ	プール	競技場	武道場1	武道場2	スタジオ	プール	競技場	武道場1	武道場2	スタジオ	プール	競技場	武道場1	武道場2				
9:00	9:00~12:00					9:00~12:00					9:00~12:00					9:00~12:00					9:00~12:00					9:00~12:00													
9:30	フオークダンス					フオークダンス					フオークダンス					フオークダンス					フオークダンス					フオークダンス					フオークダンス								
10:00	健康ヨガ	卓球	団体貸切	団体貸切	団体貸切	健康ヨガ	卓球	団体貸切	団体貸切	団体貸切	健康ヨガ	卓球	団体貸切	団体貸切	団体貸切	健康ヨガ	卓球	団体貸切	団体貸切	団体貸切	健康ヨガ	卓球	団体貸切	団体貸切	団体貸切	健康ヨガ	卓球	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切				
10:30	引田	ワンポイントレッスン	おためしエアロ	鶴見	おためしエアロ	鶴見	ZUMBA GOLD®	ワンポイントレッスン	健康体操	大場	おためしエアロ	鶴見	団体貸切	団体貸切	団体貸切	おためしエアロ	鶴見	団体貸切	団体貸切	団体貸切	おためしエアロ	鶴見	団体貸切	団体貸切	団体貸切	おためしエアロ	鶴見	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切	団体貸切				
11:00	11:15~12:00	ワンポイントレッスン	(有料スクール) ヨガ	大久保	(有料スクール) ヨガ	大久保	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	11:15~12:15	のんびりヨガ	ワンポイントレッスン	引田	
12:00	12:15~13:15	パワースタイル	初めヒップホップ	井上	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上	12:30~13:15	初めヒップホップ	井上
13:00	13:30~14:20	太極拳	週替わりプログラム	渡辺	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺	13:20~14:05	週替わりプログラム	渡辺
14:00	14:30~15:30	健康体操	健康体操	渡辺	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺	14:15~15:00	健康体操	渡辺
15:00	15:30~16:30	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山	15:30~16:30	バドミントン	丸山
16:00	16:30~17:30	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山	16:30~17:30	バドミントン	丸山
17:00	17:30~18:30	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山	17:30~18:30	バドミントン	丸山
18:00	18:30~19:45	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山	18:30~19:45	バドミントン	丸山
19:00	19:30~20:00	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山	19:30~20:00	バドミントン	丸山
20:00	20:30~21:30	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山	20:30~21:30	バドミントン	丸山
21:00	21:15~22:15	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山	21:15~22:15	バドミントン	丸山
22:00	22:30	バドミントン	バドミントン	丸山	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山	22:30	バドミントン	丸山
23:00																																							

※祝日は21時閉館のため祝日プログラムとなります。ご了承ください。

※プログラムスケジュールはインストラクターの都合により急遽変更になる場合もございます。予めご了承ください。

※競技場の一般公開はイベント等により中止になる場合がございます。事前に掲示物等をご確認ください。