

植村記念加賀スポーツセンター プログラムスケジュール

2025. 10. 1~

	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 A面	競技場 B面	第1 武道場	第2 武道場	スタジオ	プール	競技場 A面	競技場 B面	第1 武道場	第2 武道場	スタジオ	プール	競技場 A面	競技場 B面	第1 武道場	第2 武道場	スタジオ	プール	競技場 A面	競技場 B面	第1 武道場	第2 武道場	スタジオ	プール	競技場 A面	競技場 B面	第1 武道場	第2 武道場	スタジオ	プール	競技場 A面	競技場 B面	第1 武道場	第2 武道場						
9:00																																										
9:30																																										
10:00	ヨガ60																																									
10:30	青山																																									
11:00	おためしエアロ																																									
11:30	鶴見																																									
12:00	エンジョイフラ																																									
12:30	丸山																																									
13:00	12:50 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
13:30	13:30 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
14:00	14:00 ZUMBA GOLD+ 【ズンパ パーフェクト】 Kyoko																																									
14:30	14:45 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
15:00	15:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
15:30	15:30 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
16:00	16:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
16:30	16:30 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
17:00	17:10 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
17:30	17:30 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
18:00	18:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
18:30	18:45 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
19:00	19:45 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
19:30	19:45 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
20:00	20:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
20:30	20:45 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
21:00	21:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
21:30	21:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
22:00	21:30 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
22:30	22:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									
23:00	23:00 【有料スクール】 ハワイアンフラ 丸山																																									

板橋区立体育施設指定管理者
東京ドームグループ

※2025年4月1日以降【第2月曜日 10:00~12:00】の第2武道場はポッチャ教室を実施いたします。皆様のご参加をお待ちしております。