

OKB体操アリーナカリキュラム

| | 月 | | | | 火 | | | | 水 | | | | 木 | | | | 金 | | | | 土 | | | | 日 | | | |
|-------|----------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------|----------|---------------------------------------|----------------------------------|----------|----------|---------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------|----------|---------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | 新体操 1 | 新体操 2 | 体操 1 | 体操 2 | 新体操 1 | 新体操 2 | 体操 1 | 体操 2 | 新体操 1 | 新体操 2 | 体操 1 | 体操 2 | 新体操 1 | 新体操 2 | 体操 1 | 体操 2 | 新体操 1 | 新体操 2 | 体操 1 | 体操 2 | 新体操 1 | 新体操 2 | 体操 1 | 体操 2 | 新体操 1 | 新体操 2 | 体操 1 | 体操 2 |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | チャイルド⑨ ジュニア⑨ 9:00 ～ 9:55 | 女新体操 選手A⑨ 9:00 ～ 10:55 | 入門⑨ 初級⑨ 9:00 ～ 9:55 | | チャイルド⑨ ジュニア⑨ 9:00 ～ 9:55 | | 入門⑨ 初級⑨ 9:00 ～ 9:55 | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | チャイルド⑩ ジュニア⑩ 10:00 ～ 10:55 | | | 入門⑩ 初級⑩ 10:00 ～ 10:55 | | チャイルド⑩ ジュニア⑩ 10:00 ～ 10:55 | | 入門⑩ 初級⑩ 10:00 ～ 10:55 |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 入門⑪ 初級⑪ 11:00 ～ 11:55 | | | | 入門⑪ 初級⑪ 11:00 ～ 11:55 | トランポリン⑪ 11:00 ～ 11:55 |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 入門⑫ 初級⑫ 12:00 ～ 12:55 | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | 入門③ 15:00 ～ 15:55 | | | | 入門③ 15:00 ～ 15:55 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | 入門④ 初級④ 16:00 ～ 16:55 | トランポリン④ 16:00 ～ 16:55 | チャイルド④ 16:00 ～ 16:55 | | | 入門④ 初級④ 16:00 ～ 16:55 | | | | 入門④ 初級④ 16:00 ～ 16:55 | チャイルド④ 16:00 ～ 16:55 | | | 入門④ 初級④ 16:00 ～ 16:55 | | | | 入門④ 初級④ 16:00 ～ 16:55 | トランポリン④ 16:00 ～ 16:55 | | | | | | | | |
| 17:00 | チャイルド⑤ ジュニア⑤ 17:00 ～ 17:55 | 新体操 育成⑤ 17:00 ～ 17:55 | 入門⑤ 初級⑤ 17:00 ～ 17:55 | 女体操 育成⑤ 17:00 ～ 17:55 | チャイルド⑤ ジュニア⑤ 17:00 ～ 17:55 | | 入門⑤ 初級⑤ 17:00 ～ 17:55 | 体操 育成⑤ 17:00 ～ 17:55 | | | 新体操 育成⑤ 17:00 ～ 17:55 | 入門⑤ 初級⑤ 17:00 ～ 17:55 | チャイルド⑤ ジュニア⑤ 17:00 ～ 17:55 | | 入門⑤ 初級⑤ 17:00 ～ 17:55 | トランポリン⑤ 17:00 ～ 17:55 | チャイルド⑤ ジュニア⑤ 17:00 ～ 17:55 | 新体操 育成⑤ 17:00 ～ 17:55 | 入門⑤ 初級⑤ 17:00 ～ 17:55 | 男体操 育成⑤ 17:00 ～ 17:55 | | | | | | | | |
| 18:00 | ジュニア⑥ 18:00 ～ 18:55 | 新体操 育成⑥ 18:00 ～ 18:55 | 初級⑥ 男新⑥ 18:00 ～ 18:55 | 女体操 育成⑥ 18:00 ～ 18:55 | | | 初級⑥ アクロバット⑥ 18:00 ～ 18:55 | | | | 初級⑥ トランポリン⑥ 18:00 ～ 18:55 | | ジュニア⑥ 18:00 ～ 18:55 | | 初級⑥ アクロバット⑥ 18:00 ～ 18:55 | 体操 育成⑥ 18:00 ～ 18:55 | ジュニア⑥ 18:00 ～ 18:55 | 新体操 育成⑥ 18:00 ～ 18:55 | 初級⑥ 18:00 ～ 18:55 | 男体操 育成⑥ 18:00 ～ 18:55 | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 18:00 ～ 19:55 | | | | 18:00 ～ 19:55 | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

※ チャイルド（未就学児対象） ・ ジュニア（小学生以上対象） ・ 男新＝男子新体操 ・ 女新体操選手A＝女子新体操選手A
 入門（未就学児対象） ・ 初級（小学生以上対象） ・ 体操育成＝男女体操育成 ・ 男体操育成＝男子体操育成 ・ 女体操育成＝女子体操育成