

【2024年度 前期(4月～9月)】

### 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	トランポリンアクロバット	新体操1	体操1	体操2	トランポリンアクロバット	体操1	チア	トランポリンアクロバット	体操1	トランポリンアクロバット	大垣クラス	新体操1	新体操2	体操1	トランポリンアクロバット	新体操1	体操1	体操2	トランポリンアクロバット	コーディネーション	健康教室	新体操1	体操1	親子体操	トランポリンアクロバット	
9:00																				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			基礎基本⑨ 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	入門ハイ クラス⑩ 10:00 ～ 10:55		スペシャル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	親子体操⑩ 10:00 ～ 10:40 ※注1	トランポリン⑩ 10:00 ～ 10:55	
11:00				大人のトランポリン 11:30 ～ 11:40 ※注1																大人のトランポリン 11:30 ～ 11:40 ※注1	入門⑪ 初級⑪ 11:00 ～ 11:55		トランポリン⑪ アクロバット⑪ 11:00 ～ 11:55	脂肪燃焼⑪ 11:10 ～ 11:50 ※注1	男新⑪ 11:30 ～ 11:55	入門⑪ 初級⑪ 11:00 ～ 11:55		トランポリン⑪ アクロバット⑪ 11:00 ～ 11:55		
12:00				大人のアクロバット 11:50 ～ 12:30 ※注1																		体操育成⑫ 12:00 ～ 12:55		健脚クラブ 12:00 ～ 12:45 ※注1						
13:00																														
14:00																														
15:00																														
16:00				入門④ 初級④ 16:00 ～ 16:55	トランポリン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	入門④ 初級④ 16:00 ～ 16:55		トランポリン④ 16:00 ～ 16:55			2024年4月 再開予定	チャイルド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 男新⑤ 17:00 ～ 17:55	入門⑤ 初級⑤ 17:00 ～ 17:55	体操育成⑤ 17:00 ～ 17:55	トランポリン⑤ 17:00 ～ 17:55			入門⑤ 初級⑤ 17:00 ～ 17:55	体操育成⑤ 17:00 ～ 17:55			トランポリン⑤ 17:00 ～ 17:55			2024年4月 再開予定	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	アクロバット⑤ 17:00 ～ 17:55											
18:00		新体操育成⑥ 男新⑥ 18:00 ～ 18:55		体操育成⑥ 18:00 ～ 18:55	アクロバット⑥ 18:00 ～ 18:55			初級⑥ 18:00 ～ 18:55	体操育成⑥ 18:00 ～ 18:55			アクロバット⑥ 18:00 ～ 18:55							トランポリン育成⑥ アクロバット⑥ 18:00 ～ 18:55	体操育成⑥ 18:00 ～ 18:55	トランポリン⑥ アクロバット⑥ 18:00 ～ 18:55			新体操育成⑥ 18:00 ～ 18:55	初級⑥ 18:00 ～ 18:55	トランポリン⑥ アクロバット⑥ 18:00 ～ 18:55				
19:00																														
20:00																														

**3人以下のクラスは開講いたしません。**  
 チャイルド（新体操未就学児対象）・ジュニア（新体操小学生対象）・男新（男子新体操）  
 入門（体操未就学児対象）・入門ハイクラス（体操未就学児対象 ステップアップブックレベル1完了者）・初級（体操小学生以上対象）・体操育成（全国大会を目指す体操競技男女）  
 トランポリン育成（トランポリン1級～）  
 キッズチア（キッズチアダンス）  
 コーディネーション（基礎基本・スペシャル）  
 大人のアクロバット・トランポリン（高校生～制限なし）  
 親子体操（2、3歳児の一人で歩けるお子様と保護者対象）  
 健康教室①脂肪燃焼クラブ（小学4年生～60歳対象）②生涯健脚クラブ（50歳以上の立って歩ける方対象）  
 ※注1 不定期開催の為、別紙・SNS等でご確認ください。