

SOT月間スケジュール
2025年(令和7年) 6月

予約開始日

・ご希望レッスン日の
2週間前の 10:00〜となります。

先行予約プラン 『予約開始前に確定プラン』

- ・スケジュール発表後予約開始前までに申込頂きます。
- ・先着順となります。受付人員に限りがあります。
- ・申込と支払いを同時にお願いします。
- ・重複予約の解除にはなりません。

1 レッスン

1,000円

兄弟(姉妹)割引 500円※二人目より

曜日	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日	1	2	3	4	5	6	7
レ ッ ス ン 内 容		幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 モルック教室 ・18:00～19:00(8) SAQ教室 ・18:45～19:15(8) ・19:30～20:00(8) 新設	シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児体幹トレーニング ・15:30～16:00(8) 英会話運動教室 《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) 鉄棒教室 ・18:00～18:30(6) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) 体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) サーキットトレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・18:25～18:55(8) ・19:50～20:20(8) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	幼児体幹トレーニング ・15:30～16:00(4) 記憶&運動教室 (小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) 英会話運動教室 《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:00～18:30(8) ・18:40～19:10(8) ・19:20～19:50(8) 体幹トレーニング ・18:30～19:00(10)	
	日	8	9	10	11	12	13
レ ッ ス ン 内 容		幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 SAQ教室 ・18:45～19:15(8) ・19:30～20:00(8)	シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) モルック教室 ・16:30～17:30(8) 新設 ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児体幹トレーニング ・15:30～16:00(8) 跳び箱教室<4段以下> ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以上> ・18:45～19:25(8) 英会話運動教室 《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8)	幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) 体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) バク転教室 ・18:15～18:45(4) 体幹トレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・19:50～20:20(8) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	幼児体幹トレーニング ・15:30～16:00(4) 記憶&運動教室 (小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) 英会話運動教室 《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:40～19:10(8) ・19:20～19:50(8) ・20:00～20:30(8) 走り強化アカデミー 《保護者同伴 可》 ・19:30～20:30(10)	
	日	15	16	17	18	19	20
レ ッ ス ン 内 容		トレーニングジム相談会 18:00～20:00 幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 モルック教室 ・18:00～19:00(8) SAQ教室 ・18:45～19:15(8) ・19:30～20:00(8) 新設	シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児体幹トレーニング ・15:30～16:00(8) 英会話運動教室 《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) バク転教室 ・17:40～18:10(4) ・18:20～18:50(4) サーキットトレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・19:50～20:20(8) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	記憶&運動教室 (小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) 英会話運動教室 《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:00～18:30(8) ・18:40～19:10(8) 体幹トレーニング ・18:30～19:00(10) バク転教室 ・19:20～19:50(4) ・20:00～20:30(4) ストレッチアカデミー 《小学4年生以下 保護者同伴必須》 ・19:30～20:15(10)	
	日	22	23	24	25	26	27
レ ッ ス ン 内 容		幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 SAQ教室 ・18:45～19:15(8) ・19:30～20:00(8)	シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) モルック教室 ・16:30～17:30(8) 新設 ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児体幹トレーニング ・15:30～16:00(8) 英会話運動教室 《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以下> ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以上> ・18:45～19:25(8) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) バク転教室 ・18:15～18:45(4) 体幹トレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・19:50～20:20(8) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	記憶&運動教室 (小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) 英会話運動教室 《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:00～18:30(10) トランポリントレーニング ・18:40～19:10(8) ・19:20～19:50(8) 走り強化アカデミー 《保護者同伴 可》 ・19:30～20:30(10)	
	日	29	30	担当スタッフ紹介 炭電コーチ . . . 黒色 太田コーチ . . . 青色 宮川コーチ . . . 赤色 波多野コーチ . . . 紫色 天池コーチ . . . 黄色 河村コーチ . . . ピンク色 猪ノ原コーチ . . 紺色 石井コーチ . . . 茶色 鈴木コーチ . . . 緑色 ※当日担当スタッフ変更がある場合があります。			
レ ッ ス ン 内 容		トレーニングジム相談会 18:00～20:00 幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 モルック教室 ・18:00～19:00(8) SAQ教室 ・18:45～19:15(8) ・19:30～20:00(8) 新設					

- ◆1日1レッスンの参加をお願いします！【重複予約 もしくは 当日予約で1日2レッスン以上参加の場合 1レッスン 1,000円にてご参加をお受けします。】**当日支払！**
- ◆トランポリントレーニングトランポリン教室は、週1回のご参加をお願いします。週2回以上の予約の場合1レッスン 1,000円にて可能。**当日支払！**
- ※操作ミスや間違った予約に関しての対応は前日までと致します。当日発覚による 申し出はお受けいたしません。
- ◆～有料レッスン～ 特別開催のレッスンとなり、月謝と別の費用が必要になり3日前までの申込限定。定員の半数以下の参加の場合 中止になります。
- ◆先行予約プラン スケジュール発表後、その月末までに1レッスン毎に受付致します。店頭にて申込(所定用紙)と支払いをよろしくお願い致します。

SOT月間スケジュール
2025年(令和7年) 7月

予約開始日

・ご希望レッスン日の

2週間前の 10:00〜となります。

先行予約プラン 『予約開始前に確定プラン』

- ・スケジュール発表後予約開始前までに申込頂きます。
- ・先着順となります。受付人員に限り有ります。
- ・申込と支払いを同時にお願ひします。
- ・重複予約の解除にはなりません。

1 レッスン

1,000円

兄弟(姉妹)割引 500円※二人目より

曜	日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	
日			1	2	3	4	5	
レ ッ ス ン 内 容	担当スタッフ紹介 炭竈コーチ . . . 黒色 太田コーチ . . . 青色 宮川コーチ . . . 赤色 波多野コーチ . . 紫色 天池コーチ . . . 黄色 河村コーチ . . . ピンク色 猪ノ原コーチ . . 紺色 石井コーチ . . . 茶色 鈴木コーチ . . . 緑色 ※当日担当スタッフ変更がある場合があります。			幼児スラックライトトレーニング ・15:30～16:00(8) 英会話運動教室《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) 鉄棒教室 ・18:00～18:30(6) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) 体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) バク転教室 ・17:40～18:10(4) ・18:20～18:50(4) ・19:50～20:20(4) サーキットトレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・18:20～18:50(4) ・19:50～20:20(4) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	コーディネーショントレーニング ・15:30～16:00(4) 記憶&運動教室(小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) 英会話運動教室《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:00～18:30(8) ・18:40～19:10(8) ・19:20～19:50(8) 体幹トレーニング ・18:30～19:00(10)		
		6	7	8	9	10	11	12
レ ッ ス ン 内 容		幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 SAQ教室 ・19:00～19:30(8) ・19:40～20:10(8)	シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) モルック教室 ・16:30～17:10(8) ・17:20～18:00(8) ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児スラックライトトレーニング ・15:30～16:00(8) 跳び箱教室<4段以下> ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以上> ・18:45～19:25(8) 英会話運動教室《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) 体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) 体幹トレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・18:20～18:50(8) ・19:50～20:20(8) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	コーディネーショントレーニング ・15:30～16:00(4) 記憶&運動教室(小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) バク転教室 ・17:40～18:10(4) ・18:20～18:50(4) ・19:00～19:30(4) ・19:40～20:10(4) 英会話運動教室《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:20～18:50(4) ・19:00～19:30(4) 走力強化アカデミー《保護者同伴 可》 ・19:30～20:30(10)		
	13	14	15	16	17	18	19	
レ ッ ス ン 内 容		トレーニングジム相談会 18:00～20:00 幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 モルック教室 ・17:30～18:10(8) ・18:20～19:00(8) SAQ教室 ・19:00～19:30(8)	シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) モルック教室 ・16:30～17:10(8) ・17:20～18:00(8) ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児スラックライトトレーニング ・15:30～16:00(8) 英会話運動教室《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) 体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) サーキットトレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・18:20～18:50(8) ・19:50～20:20(8) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	コーディネーショントレーニング ・15:30～16:00(4) 記憶&運動教室(小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) バク転教室 ・17:40～18:10(4) ・18:20～18:50(4) ・19:00～19:30(4) ・19:40～20:10(4) 英会話運動教室《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:20～18:50(4) ・19:00～19:30(4) ストレッチアカデミー 《小学4年生以下 保護者同伴必須》 ・19:30～20:15(10)		
	20	21	22	23	24	25	26	
レ ッ ス ン 内 容			シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) モルック教室 ・16:30～17:10(8) ・17:20～18:00(8) ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児スラックライトトレーニング ・15:30～16:00(8) 英会話運動教室《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以下> ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以上> ・18:45～19:25(8) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) 体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) バク転教室 ・17:40～18:10(4) ・18:20～18:50(4) ・19:50～20:20(4) 体幹トレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・18:20～18:50(4) ・19:50～20:20(4) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)	記憶&運動教室(小学3年生以下) ・16:30～17:10(8) (小学4年生以上) ・17:20～18:00(8) 英会話運動教室《小学3年生以上》 ・18:00～18:40(10) トランポリン教室 ・18:20～18:50(4) ・19:00～19:30(4) 走力強化アカデミー 《保護者同伴 可》 ・19:30～20:30(10)		
	27	28	29	30	31			
レ ッ ス ン 内 容		トレーニングジム相談会 18:00～20:00 幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) トランポリントレーニング ・16:15～16:45(8) ・16:50～17:20(8) トランポリン教室 ・17:30～18:00(8) ・18:10～18:40(8) ・18:50～19:20(8) ・19:30～20:00(8) ※19:30の部は中学生以上限定 モルック教室 ・17:30～18:10(8) ・18:20～19:00(8) SAQ教室 ・19:00～19:30(8)	シニア運動教室 ・10:00～11:00(10) 反能力(反射神経)教室 ・17:00～17:40(8) モルック教室 ・16:30～17:10(8) ・17:20～18:00(8) ラグビーアカデミー 小学生コース ・18:00～19:20(20) ラグビーアカデミー 中学生以上コース ・19:30～21:00(20)	幼児スラックライトトレーニング ・15:30～16:00(8) 英会話運動教室《小学4年生以下》 ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以下> ・18:00～18:40(8) 跳び箱教室<4段以上> ・18:45～19:25(8) トランポリントレーニング ・18:30～19:00(8) ・19:10～19:40(8) ・19:50～20:20(8) スラックラインアカデミー 【小学3年生以下】 ・18:30～19:10(8) 【小学4年以上】 ・19:25～20:05(12) ・20:20～21:00(12)	幼児トランポリントレーニング ・15:30～16:00(4) 体幹トレーニング ・17:30～18:00(20) バク転教室 ・17:40～18:10(4) ・18:20～18:50(4) ・19:50～20:20(4) 体幹トレーニング (中学生以上) ・18:20～19:10(25) トランポリン教室 ・18:20～18:50(4) ・19:50～20:20(4) 大人限定 運動教室 ・20:00～20:45(15)			

◆1日1レッスンの参加をお願いします！[重複予約 もしくは 当日予約で1日2レッスン以上参加の場合 1レッスン 1,000円にてご参加をお受けします。] **当日支払**！

◆トランポリントレーニングトランポリン教室は、週1回のご参加をお願いします。週2回以上の予約の場合1レッスン 1,000円にて可能。 **当日支払**！

※操作ミスや間違った予約に際しての対応は前日までと致します。当日発覚による 申し出はお受けいたしません。

◆～有料レッスン～ 特別開催のレッスンとなり、月謝と別の費用が必要になり3日前までの申込限定。定員の半数以下の参加の場合 中止になります。

◆先行予約プラン スケジュール発表後、その月末までに1レッスン毎に受付致します。店頭にて申込(所定用紙)と支払いをよろしくお願い致します。