

ピックルボール 2026.9 Lesson Schedule

レッスン50分 有料 **1回 ¥550 (税込)** でご参加いただけます。

担当：湘南8ピックルズコーチ

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
					15:30 フィットネスピックル 8名	11:20 無料体験会 8名
					16:20 自主練 8名	12:20 フィットネスピックル 8名
6	7	8	9	10	11	12
					15:30 初心者クラス 8名	11:20 初心者クラス 8名
					16:20 自主練 8名	12:20 コミュニケーション 8名
13	14	15	16	17	18	19
					15:30 コミュニケーション 8名	11:20 フィットネスピックル 8名
					16:20 自主練 8名	12:20 ゲーム 8名
20	21	22	23	24	25	26
					15:30 フィットネスピックル 8名	11:20 コミュニケーション 8名
		16:30 自主練 8名			16:20 自主練 8名	12:20 自主練 8名
27	28	29	30			



初めての方でも
ご参加いただける
レッスンです。

初心者
〜
初級者



無料体験会

無料で参加できる体験クラスです。おひとり様一回までの参加とさせていただきます。



初心者クラス

初めて参加される方に丁寧に指導します。体力に自信がない方にも安心して受けていただけます。



コミュニケーション

レベルフリーで楽しみながら進めていきます。自主練と違い、コーチが入ります。

初級者
〜
中級者



フィットネスピックル

有酸素運動を多めに進めていきます。汗をかきたい方におススメのクラスです。

ゲーム

ゲームを楽しみたい方におススメのクラスです。

自主練

今までピックルレッスンに参加された方が予約可能です。コーチは入りません。参加するメンバーの方で自主的に練習していただくクラスです。