

R2年度 後期全教室 日程表

教室名	会場	回数	曜日	時間	1月				2月				3月			
ソフトバレーボール	正	5	月	9:30~11:00			18		1		15		1		15	
やさしいヨガ	正	8	火	9:30~10:30	5		19	26	2	9			2	9	16	
卓球(水)	副	6	水	9:30~11:30	6		20	27	3				3		17	
簡単エアロビック	正	8	水	①9:30 ②10:45	6		20		3	10		24	3	10	17	
ヨガ(午前・午後)	正	8・8	水	AM10:45 PM13:00	6		20		3	10		24	3	10	17	
ハンドボール	正	8	水	15:30~17:30	6	13	20	27	3	10		24	3			
バレーボール	正	10	木	9:30~11:30	7	14	21	28	4		18	25	4	11	18	
バドミントン	副	10	木	9:30~11:30	7	14	21	28	4		18	25	4	11	18	
太極拳	大会議室	10	木	①9:00 ②10:35	7	14	21	28	4		18	25	4	11	18	
卓球(金)	副	10	金	9:30~11:30	8	15	22	29		12	19	26	5	12	19	
健康エアロビクス	正	10	金	9:30~10:30	8	15	22	29		12	19	26	5	12	19	
リフレッシュ体操	正	10	金	13:00~14:30	8	15	22	29		12	19副	26	5	12	19	
社交ダンス	大会議室	10	金	10:30~11:30	8	15	22		5	12	19	26	5	12	19	
テニス	テニスコート	8	水	9:00~11:00		13	20	27	3	10	17	24	3	10	17	予備日
シニアテニス	テニスコート	8	金	9:00~11:00	8	15	22	29	5	12	19	26	5	12	19	
なぎなた	武道館	12	水	19:00~21:00		13副	20副	27副	3副	10副						
弓道	武道館	12	水	9:30~11:30	6	13	20	27								
柔道	武道館	10	土	19:00~21:00	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
剣道	武道館 副体育館	10	土	19:00~21:00	9副	16副	23副	30副	5弓	12弓	20副	27副	5副	13副		
ウォーキング(通年)	石垣池公園	9	火	9:30~11:30		12	19	26	2	9	16		2	9	16	
スロージョギング(通年)	石垣池公園	9	金	9:30~11:30	8	15	22	29	5	12	19	26	5			
ウォーキング(冬期)	石垣池公園	8	火	9:30~11:30		12	19	26	2	9	16		2	9		
スロージョギング(冬期)	石垣池公園	8	金	9:30~11:30	8	15	22	29	5	12	19	26				

いきいき健康スポーツクラブ	正・他	7	水	9:30~11:30		13		27	3	10		24		10		24
---------------	-----	---	---	------------	--	----	--	----	---	----	--	----	--	----	--	----

正体 正体 ふれあいホール 副体 副体 副体 副体 武道館

グランドゴルフ