

令和7年度 前期教室 日程

教室名	会場	回数	曜日	時間	4月			5月			6月			7月			8月			9月										
ソフトバレーボール	正	12	月	9:30~11:30	7		21			13 ^火	19	2		16	30		7				4		18	1		16 ^火				
やさしいヨガ	正	15	火	①9:30 ②10:45	8		22				20	27	3		17	24	1		15	22		5		19	26	2	9			
卓球(火午前)	副	15	火	9:30~11:30	8		22			13	20	27		10	17	24	1	8	15				19	26		9	16			
卓球(火午後)	副	15	火	13:30~15:30	8		22			13	20	27		10	17	24	1	8	15				19	26		9	16			
卓球(水午前)	副	15	水	9:30~11:30	9	16		30	7		21	28		11	18	25	2		16				20	27		10	17			
簡単エアロビック	正	15	水	9:15~10:15	9	16		30	7	14	21		4		18		2	9	16		6		20			10	17			
ヨガ(午前・午後)	正	12	水	①10:30~ ②13:00~	9	16			7		21		4		18		2		16		6		20			10	17			
ハンドボール	正	15	水	15:30~17:30	9	16	23			14	21		4		25	2	9	16			6	20	27		10	17				
(夜間)バドミントン	副	10	水	19:00~21:00					7	14	21	28	4	11	18	25	2	9												
バレーボール	正	15	木	9:30~11:30		17	24			8	15		29		12	19	26			10	17		7		21	28		11	18	
バドミントン	副	15	木	9:30~11:30	10	17	24		1	8	15	22	29	5		19	26	3	10	17	24									
太極拳	大・中会議室	15	木	①9:00 ②10:35	10	17	24			8	15		29		12		26	3	10	17		7		28		11	18			
健康エアロビクス	正	15	金	9:30~10:30	11	18	25		2	9		23		6		20	27			18				22	29	5	12	19		
リフレッシュ体操	副(武)	15	金	13:30~15:00	11	18	25			9 ^武		23	30	6		20 ^武	27	4		18 ^武				29	5	12	26			
社交ダンス	大会議室	15	金	10:30~11:30	11	18	25			9	16	23	6		20			18		1	8	22	29		12	19				
アンチエイジングヨガ(夜)	副	15	金	18:30~19:30	11	18	25			9	16	23	6		27	4		18		1		22		5	12	19				
テニス	テニスコート	12	水	9:00~11:00	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6		20	27	3	10			
シニアテニス	テニスコート	15	金	9:00~11:00	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8		22	29	5	12	19	26
なぎなた	武道館	12	水	19:00~21:00	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25														
弓道(火夜)	武道館	12	火	19:00~21:00	8	15	22			13	20	27	3	10	17	24	1	8												
弓道(水午前)	武道館	12	水	9:30~11:30	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25														
柔道	武道館	20	土	19:00~21:00	12	19	26			10	17	24	31	7	14	21	28			12	19	2	9		23	30	6		20	27
剣道	武道館	20	土	19:00~21:00	12	19	26			10	17	24	31	7	14	21	28			12	19	2	9		23	30	6		20	27
ウォーキング	石垣池公園	12	火	9:30~11:30		15	22			13	20	27	3	10	17	24	1	8		22										
スロージョギング	石垣池公園	12	金	9:30~11:30		18	25		2	9	16	23	30	6	13	20		4		18										

委託事業

いきいき健康スポーツクラブ	正・他	18	水	9:30~11:30			23			14		28		11		25		9		23						10		24
---------------	-----	----	---	------------	--	--	----	--	--	----	--	----	--	----	--	----	--	---	--	----	--	--	--	--	--	----	--	----