

令和8年度 鈴鹿市いきいき健康スポーツクラブ 年間予定  
 (種目は変更する場合があります)

9:30~11:30

回	開催日	曜日	種 目	会 場	
1	4月22日	水	開講式、グラウンドゴルフ (体幹トレーニング) 鈴鹿市武道館第一道場	鈴鹿市武道館	
2	5月13日	水	卓球	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
3	5月27日	水	体力テスト	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
4	6月10日	水	ファミリーバドミントン	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
5	6月24日	水	ファミリーバドミントン	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
6	7月8日	水	SSピンポン	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
7	7月22日	水	ニュースポーツ	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
8	8月26日	水	ニュースポーツ	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
9	9月9日	水	ストレッチ・ヨガ	AGF鈴鹿体育館 副体育館	ヨガマットがあればご持参ください
10	10月14日	水	音楽療法	ふれあいホール	
11	10月28日	水	グラウンドゴルフ (体幹トレーニング) 鈴鹿市武道館第1道場	鈴鹿市武道館	
12	11月11日	水	脳活リズムウォーク	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
13	11月25日	水	卓球	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
14	12月9日	水	健康体操	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
15	1月13日	水	インディアカ	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
16	1月27日	水	ニュースポーツ	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
17	2月24日	水	健康運動	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
18	3月10日	水	閉講式、スローエアロ	AGF鈴鹿体育館 正体育館	

ご協力をお願いします

- \* 後片付けは、全員でご協力をお願いします
- \* 準備にあたっては、9時からお手伝いをお願いします
- \* モップ掛けは、教室終了後にお願いします