

R6年度 前期全教室 日程表

| 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 | | 15 | 23 | 火 | | 14 | 20 | 28 | 火 | | 3 | | 17 | | | 1 | | | | | 5 | | 19 | | | 2 | | | | 30 |
| やさしいヨガ | 正 | 15 | 火 | ①9:30 ②10:45 | | | 30 | 7 | | 21 | | | 4 | 11 | 18 | | | 2 | 9 | 16 | 23 | | 6 | | 20 | | | 3 | 10 | 17 | | | | |
| 卓球(火) | 副 | 15 | 火 | 9:30~11:30 | | | 23 | 30 | 7 | 14 | 21 | 28 | | | 11 | 18 | 25 | | 2 | 9 | 16 | | | | | | | | 3 | 10 | 17 | | | |
| 卓球(水) | 副 | 15 | 水 | 9:30~11:30 | | | 24 | | 1 | | 15 | 22 | 29 | 5 | 12 | 19 | 26 | | 3 | | 17 | | | | | 21 | | | 4 | 11 | 18 | | | |
| 簡単エアロビック | 正 | 15 | 水 | 9:15~10:15 | | 17 | 24 | | 1 | 8 | 15 | | 29 | 5 | | 19 | | 3 | | 17 | 24 | | | | 21 | | | 4 | 11 | 18 | | | | |
| ヨガ(午前・午後) | 正 | 12 | 水 | AM10:30 PM13:00 | | 17 | 24 | | 1 | | 15 | | 29 | 5 | | 19 | | 3 | | 17 | | | | | 21 | | | | 11 | 18 | | | | |
| ハンドボール | 正 | 15 | 水 | 15:30~17:30 | | 17 | 24 | | | 8 | 15 | | 29 | 5 | 12 | 19 | 26 | | 3 | | 17 | | | | | 21 | | | 4 | 11 | 18 | | | |
| (夜間)バドミントン | 副 | 10 | 水 | 19:00~21:00 | | | | | | 8 | 15 | 22 | 29 | 5 | 12 | 19 | 26 | | 3 | 10 | | | | | | | | | | | | | | |
| バレーボール | 正 | 15 | 木 | 9:30~11:30 | | | 18 | 25 | | 9 | 16 | 23 | 30 | | | 20 | 27 | | | | 11 | 18 | | | | | 22 | 29 | 5 | 12 | 19 | | | |
| バドミントン | 副 | 15 | 木 | 9:30~11:30 | | 11 | 18 | 25 | | 9 | 16 | | 30 | 6 | 13 | 20 | | | | | 11 | 18 | | | | 22 | 29 | | 12 | 19 | | | | |
| 太極拳 | 大・中会議室 | 15 | 木 | ①9:00 ②10:35 | | 11 | 18 | 25 | | 9 | 16 | 23 | | 6 | 13 | | 27 | | 4 | | 18 | | | | | 22 | | 5 | | 19 | 26 | | | |
| 健康エアロピクス | 正 | 15 | 金 | 9:30~10:30 | | 12 | | 26 | | 10 | 17 | 24 | | 7 | 14 | 21 | | | 5 | | 19 | | | | | 23 | | 6 | 13 | 20 | 27 | | | |
| リフレッシュ体操 | 副(武) | 15 | 金 | 13:30~15:00 | | 12 | 武 | 19 | 26 | | 10 | 17 | 24 | 武 | 31 | 7 | 14 | 武 | 28 | | | | 19 | | | | 30 | 6 | 13 | 20 | | | | |
| 社交ダンス | 大会議室 | 15 | 金 | 10:30~11:30 | | 12 | 19 | 26 | | 10 | 17 | 24 | | 7 | 14 | 21 | | | 5 | 12 | | | | | | 30 | 6 | 13 | 20 | | | | | |
| アンチエイジングヨガ | 副 | 15 | 金 | 18:30~19:30 | | 12 | 19 | 26 | | 10 | | 24 | 31 | 7 | 14 | 21 | | | 5 | | 19 | | | | | 23 | 30 | 6 | 13 | | | | | |
| テニス | テニスコート | 12 | 水 | 9:00~11:00 | 10 | 17 | 24 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | 5 | 12 | 19 | 26 | | 3 | 10 | 17 | | | | | 21 | 28 | 4 | | | 予 備 日 | | | |
| シニアテニス | テニスコート | 15 | 金 | 9:00~11:00 | | 12 | 19 | 26 | | 10 | 17 | 24 | 31 | 7 | 14 | 21 | 28 | | 5 | 12 | 19 | | | | | 23 | 30 | 6 | 13 | 20 | | 27 | | |
| なぎなた | 武道館 | 12 | 水 | 19:00~21:00 | | | | | | 8 | 15 | 22 | 29 | 5 | 12 | 19 | 26 | | 3 | 10 | 17 | 24 | | | | | | | | | | | | |
| 弓道(火・夜) | 武道館 | 12 | 火 | 19:00~21:00 | 9 | 16 | 23 | 30 | 7 | 14 | 21 | 28 | | 4 | 11 | 18 | 25 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 弓道(水・午前) | 武道館 | 12 | 水 | 9:30~11:30 | 10 | 17 | 24 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | 5 | 12 | 19 | 26 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 柔道 | 武道館 | 20 | 土 | 19:00~21:00 | | | 20 | 27 | | 11 | 18 | 25 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | 6 | 13 | 20 | 27 | | 3 | 10 | 17 | | 7 | 14 | | 28 | | | |
| 剣道 | 武道館 | 20 | 土 | 19:00~21:00 | | | 20 | 27 | | 11 | 18 | 25 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | 6 | 13 | 20 | 27 | | 3 | 10 | 17 | | 7 | | 21 | 28 | | | |
| キッズすもう | 相撲場 | 5 | 日 | 10:00~12:00 | | | | | | | | | | | | | | | | 7 | 14 | 21 | 28 | 4 | | | | | | | | | | |
| ウォーキング | 石垣池公園 | 12 | 火 | 9:30~11:30 | | 16 | 23 | 30 | 7 | 14 | 21 | 28 | | 4 | 11 | 18 | 25 | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| スロージョギング | 石垣池公園 | 12 | 金 | 9:30~11:30 | | 12 | 19 | 26 | 10 | 17 | 24 | 31 | | 7 | 14 | 21 | 28 | | 5 | | | | | | | | | | | | | | | |

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 | | | 24 | | 8 | | 22 | | 12 | | 26 | | 10 | | | | | | | | | 11 | | 25 | | |
| | | | | | | | | | 武 | | 副 | | 正 | | 正 | | 正 | | 副 | | | | | | | 正 | | 正 | | |