

令和7年度 鈴鹿市いきいき健康スポーツクラブ 年間予定

9:30~11:30

回	開催日	曜日	種 目	会 場	雨天時
1	4月23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	鈴鹿市武道館 第一道場
2	5月14日	水	卓球	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
3	5月28日	水	体力テスト	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
4	6月11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25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9日	水	SSピンポン	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
7	7月23日	水	ビーチボール	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
8	9月10日	水	音楽療法	ふれあいホール	
9	9月24日	水	ストレッチ・ヨガ	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
10	10月8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	鈴鹿市武道館 第一道場
11	10月22日	水	脳活リズムウォーク	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
12	11月12日	水	卓球	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
13	11月26日	水	健康体操	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
14	12月10日	水	インディアカ	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
15	1月14日	水	ヘルスバレー	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
16	1月28日	水	ヘルスバレー	AGF鈴鹿体育館 正体育館	
17	2月25日	水	健康運動	AGF鈴鹿体育館 副体育館	
18	3月11日	水	閉講式、スローエアロ	AGF鈴鹿体育館 副体育館	

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、教室終了後をお願いします。