

R2年度 前期全教室 日程表

教室名	会場	回数	曜日	時間	7月				8月				9月				10月				11月				12月							
ソフトバレーボール	正	12	月	9:30~11:00		6		20	3副			31	7	21副			5		19			2		16		30	7					
やさしいヨガ	正	12	火	9:30~10:30		7	14			4		18			1	8	15			6	13	20	27			17						
卓球(水)	副	15	水	9:30~11:30	1	8	15	22			12		26		2	9	16			7		21			4		18		2	16		
簡単エアロビック	正	12	水	9:30~10:30	1	8	15	22			12				2		16		30	7		21			4		18					
ハンドボール	正	15	水	9:30~17:30	1	8	15	22			12		26		2			23	30		14	21				4	11	18	25			
バレーボール	正	15	木	9:30~11:30	2	9	16			6		20			3	10	17	24		1	8		22		5	12	19					
バドミントン	副	15	木	9:30~11:30	2	9	16									10	17	24		1	8	15	22	29	5	19	26		3			
太極拳	大会議室	15	木	9:30~10:30	2	9	16				20	27			3	10				1	8	15	22	29	5	12	19					
卓球(金)	副	15	金	9:30~11:30		10	17					21	28		4	11				2	9	23	30		6	13		27	4	11		
健康エアロビクス	正	15	金	9:30~10:30	3	10	17					21	28		4	11	18			2	9	23	30		6	13		27				
リフレッシュ体操	正	15	金	13:00~14:30	3	10	17					21	28		4		18			2	9	23	30		6	13		27	4			
社交ダンス	大会議室	15	金	10:30~11:30	3	10	17					21	28		4	11	18			2	9	16	23		6	13	20					
テニス	テニスコート	12	水	9:00~11:00	1	8	15	22	29			19	26		2	9	16	23			7	14	21	28	4	11				予備日		
シニアテニス	テニスコート	15	金	9:00~11:00	3	10	17	31				21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27				
弓道	武道館	12	火	19:00~21:00		7	14	21	28	4		18	25		1	8	15	29		6												
弓道	武道館	12	水	9:30~11:30											2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18						
ヨガ(午前・午後)	武道館	12・12	水	AM10:00 PM13:00	1	8	15		29			19			2		16			7	14	21			4	11						
なぎなた	武道館	12	水	19:00~21:00	1	8	15	22	29			19	26		2	9	16	23	30													
柔道	武道館	20	土	19:00~21:00	4	11	18	25		1	8	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31	7	14	21					
剣道	武道館	20	土	19:00~21:00	4	11	18	25		1	8	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31	7	14	21					
相撲	相撲場	5	日	10:00~12:00														27														
ウォーキング	石垣池公園	14	火	9:30~11:30		7	14	21		4							15	29			13	20	27			10	17	24	1	8	15	22
スロージョギング	石垣池公園	14	金	9:30~11:30	3	10	17		31							11		25		2			23	30	6	13	20	27	4	11	18	
いきいき健康スポーツクラブ	正・他	18	水	9:30~11:30		8		22				5	26			9		23			14		28			11		25	9	23		

ふれあい さつき 正体 正体 正体 正体 正体 正体 正体 正体 正体 正体 武道館 副体

				1月	2月	3月	
ウォーキング	石垣池公園	14	火	9:30~11:30	12 19 26	2 9 16	2 9 16
スロージョギング	石垣池公園	14	金	9:30~11:30	8 15 22 29	5 12 19 26	5

いきいき健康スポーツクラブ	正・他	18	水	9:30~11:30	13	27	10	24	10	24
---------------	-----	----	---	------------	----	----	----	----	----	----

正体 正体 副体 正体 正体 武道館