

令和7年 6月 ふれスポ教室予定表

2025/5/16

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休館日	太極拳教室 10:00~11:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン) ピラティス教室 15:30~16:30(西コミセン)	あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン) マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館) インクルームボッチャ 13:30~16:00(総合体育館) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン) ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)	バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館) BODY LABO 14:00~15:00(総合体育館) 指先トレーニング 15:00~16:30(総合体育館) サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)	バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:30~12:15(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) ZUMBA教室 19:00~20:00(西コミセン)	
8	9	10	11	12	13	14
	休館日	太極拳教室 10:00~11:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン) ピラティス教室 15:30~16:30(西コミセン)	あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン) マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館) ストックウォークサークル 13:30~(総体玄関前集合) 養生気功教室 13:30~15:00(スターライト会館) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン) ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)	バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館) BODY LABO 14:00~15:00(総合体育館) 指先トレーニング 15:00~16:30(総合体育館) サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)	バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:30~12:15(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) ZUMBA教室 19:00~20:00(西コミセン)	
15	16	17	18	19	20	21
	休館日	太極拳教室 10:00~11:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン) ピラティス教室 15:30~16:30(西コミセン)	あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン) マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン) ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)	バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館) BODY LABO 14:00~15:00(総合体育館) 指先トレーニング 15:00~16:30(総合体育館) サルセッション 19:00~20:00(総合体育館) アクアフィットネス 17:00~17:45(水泳プール)	バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:30~12:15(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) ZUMBA教室 19:00~20:00(西コミセン)	ドルフィンスイミングクラブ 17:00~18:00(水泳プール)
22	23	24	25	26	27	28
	休館日	太極拳教室 10:00~11:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン) ピラティス教室 15:30~16:30(西コミセン)	あへあほ教室 10:00~11:00(総合体育館) マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館) ストックウォークサークル 13:30~(総体玄関前集合) 養生気功教室 13:30~15:00(スターライト会館) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(獅子内会館) ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)	バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館) BODY LABO 14:00~15:00(総合体育館) 指先トレーニング 15:00~16:30(総合体育館) サルセッション 19:00~20:00(総合体育館) アクアフィットネス 17:00~17:45(水泳プール)	バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:30~12:15(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(獅子内会館) ZUMBA教室 19:00~20:00(西コミセン)	ドルフィンスイミングクラブ 17:00~18:00(水泳プール)
29	30					
	休館日					

※黄色で示した教室は、通常と場所や時間が異なっている教室です。