

# 令和7年 11月 ふれスポーツ教室予定表

2025/9/19

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	<b>あへあほ教室</b> 14:00~15:00(西コミセン) <small>※白樺コミセン(19~20時)での開催は文化祭の関係でお休みです！</small>	<b>休館日</b>	<b>あへあほ教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 11:00~12:00(西コミセン) <b>マーシャルワン</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>フィットネスカレッジ</b> 14:00~15:00(西コミセン) <b>ヨガ教室</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バドミントン教室</b> 10:00~11:15(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 14:00~15:00(総合体育館) <b>指先トレーニング</b> 15:00~16:30(総合体育館) <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスポール教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>PUMPS!</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>あへあほ教室</b> 14:00~15:00(西コミセン) <b>ZUMBA教室</b> 19:00~20:00(西コミセン)	
9	10	11	12	13	14	15
	<b>休館日</b> <b>太極拳教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>PUMPS!</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>あへあほ教室</b> 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン) <b>ピラティス教室</b> 15:30~16:30(西コミセン)	<b>あへあほ教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 11:00~12:00(西コミセン) <b>マーシャルワン</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>養生気功教室</b> 13:30~15:00(西コミセン) <b>フィットネスカレッジ</b> 14:00~15:00(西コミセン) <b>ヨガ教室</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バドミントン教室</b> 10:00~11:15(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 14:00~15:00(総合体育館) <b>指先トレーニング</b> 15:00~16:30(総合体育館) <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスポール教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>PUMPS!</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>あへあほ教室</b> 14:00~15:00(西コミセン) <b>ZUMBA教室</b> 19:00~20:00(西コミセン)		
16	17	18	19	20	21	22
	<b>休館日</b> <b>太極拳教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>PUMPS!</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>あへあほ教室</b> 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン) <b>ピラティス教室</b> 15:30~16:30(西コミセン)	<b>あへあほ教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 11:00~12:00(西コミセン) <b>マーシャルワン</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>フィットネスカレッジ</b> 14:00~15:00(西コミセン) <b>ヨガ教室</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バドミントン教室</b> 10:00~11:15(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 14:00~15:00(総合体育館) <b>指先トレーニング</b> 15:00~16:30(総合体育館) <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスポール教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>PUMPS!</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>あへあほ教室</b> 14:00~15:00(西コミセン) <b>ZUMBA教室</b> 19:00~20:00(西コミセン)		
23	24	25	26	27	28	29
	<b>あへあほ教室</b> 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン)	<b>休館日</b>	<b>あへあほ教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 11:00~12:00(西コミセン) <b>マーシャルワン</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>養生気功教室</b> 13:30~15:00(西コミセン) <b>フィットネスカレッジ</b> 14:00~15:00(西コミセン) <b>ヨガ教室</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バドミントン教室</b> 10:00~11:15(総合体育館) <b>Laughter Class</b> 14:00~15:00(総合体育館) <b>指先トレーニング</b> 15:00~16:30(総合体育館) <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスポール教室</b> 10:00~11:00(総合体育館) <b>PUMPS!</b> 11:15~12:00(総合体育館) <b>休み</b> <b>あへあほ教室</b> <b>ZUMBA教室</b>	
30						

※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。