

## 令和8年 2月 ふれスポーツ教室予定表

2026/1/16

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休館日	<b>太極拳</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</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>インクルームボッチャ</b> 13:30~16:00(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</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バドミントン</b> 10:00~11:15(総合体育館)  <b>Laughter Class</b> 13:30~14:30(総合体育館)  <b>指先トレーニング</b> 14:30~16:00(総合体育館)  <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスボール</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</b> 19:00~20:00(西コミセン)	
8	9	10	11	12	13	14
	休館日	<b>太極拳</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</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>養生氣功</b> 13:30~15:00(西コミセン)  <b>休み</b> <b>Laughter Class</b> <b>マーシャルワン</b> <b>フィットネスカレッジ</b> <b>ヨガ</b>	<b>バドミントン</b> 10:00~11:15(総合体育館)  <b>Laughter Class</b> 13:30~14:30(総合体育館)  <b>指先トレーニング</b> 14:30~16:00(総合体育館)  <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスボール</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</b> 19:00~20:00(西コミセン)	
15	16	17	18	19	20	21
	休館日	<b>太極拳</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</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>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> <b>14:00~15:00(総合体育館)</b>  <b>ヨガ</b> 19:00~20:00(総合体育館)  <b>休み</b> <b>Laughter Class</b>	<b>バドミントン</b> 10:00~11:15(総合体育館)  <b>Laughter Class</b> 13:30~14:30(総合体育館)  <b>指先トレーニング</b> 14:30~16:00(総合体育館)  <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスボール</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</b> 19:00~20:00(西コミセン)	
22	23	24	25	26	27	28
	<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>休み</b> <b>太極拳</b> <b>PUMPS!</b> <b>ピラティス</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>養生氣功</b> 13:30~15:00(西コミセン)  <b>フィットネスカレッジ</b> <b>14:00~15:00(西コミセン)</b>  <b>ヨガ</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バドミントン</b> 10:00~11:15(総合体育館)  <b>Laughter Class</b> 13:30~14:30(総合体育館)  <b>指先トレーニング</b> 14:30~16:00(総合体育館)  <b>サルセーション</b> 19:00~20:00(総合体育館)	<b>バランスボール</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</b> 19:00~20:00(西コミセン)	

※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。