

令和8年 8月 ふれスポ教室予定表

2026/7/17

日	月	火	水	木	金	土
						1
						ドルフィンスイミングクラブ 17:00~18:00(水泳プール)
ふれスポ月会員の皆様へ 9月分の月会費納入期限は8月25日(火)までとなりますので、 期限内での納入をよろしくお願い致します☺						
2	3	4	5	6	7	8
	休館日	太極拳 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:15~12:00(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 15:30~16:30(西コミセン)	あへあほ教室 10:00~11:00(総合体育館) マーシャルワフン 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) ストックウォークサークル 13:30~(総体玄関前集合) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン) ヨガ 19:00~20:00(総合体育館) 休み Laughter Class	Hula 10:00~11:00(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) 休み Laughter Class アクアフィットネス	バランスボール 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:15~12:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) ZUMBA 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)
9	10	11	12	13	14	15
	休館日		あへあほ教室 10:00~11:00(総合体育館) Laughter Class 11:00~12:00(西コミセン) マーシャルワフン 11:15~12:00(総合体育館) 養生気功 13:30~15:00(西コミセン) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン) ヨガ 19:00~20:00(総合体育館) 休み 太極拳 PUMPS! あへあほ教室 ピラティス	Hula 10:00~11:00(総合体育館) Laughter Class 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) 休み アクアフィットネス	バランスボール 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:15~12:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 休み ZUMBA	ドルフィンスイミングクラブ 休み
16	17	18	19	20	21	22
	休館日	太極拳 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:15~12:00(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 15:30~16:30(西コミセン)	あへあほ教室 10:00~11:00(総合体育館) Laughter Class 11:00~12:00(西コミセン) マーシャルワフン 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) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン) ヨガ 19:00~20:00(総合体育館)	Hula 10:00~11:00(総合体育館) Laughter Class 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) アクアフィットネス 17:00~17:45(水泳プール) サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)	バランスボール 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:15~12:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) ZUMBA 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)
23	24	25	26	27	28	29
	休館日	太極拳 10:00~11:00(白樺コミセン) PUMPS! 11:15~12:00(白樺コミセン) あへあほ教室 14:00~15:00(スターライト会館) 19:00~20:00(白樺コミセン) ピラティス 15:30~16:30(スターライト会館)	あへあほ教室 10:00~11:00(総合体育館) マーシャルワフン 11:15~12:00(総合体育館) 養生気功 13:30~15:00(西コミセン) フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン) ヨガ 19:00~20:00(総合体育館) 休み Laughter Class	Hula 10:00~11:00(総合体育館) Laughter Class 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) アクアフィットネス 17:00~17:45(水泳プール) サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)	バランスボール 10:00~11:00(総合体育館) PUMPS! 11:15~12:00(総合体育館) あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) ZUMBA 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)
30	31					
	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。