

10月

武道室・健康体力相談室 利用予定表

日	曜	室	9~11	11~13	13~15	15~17	17~19	19~21	21~22	
1	火	武	若葉(卓)	どんぐり(卓)	遊ぼう隊(卓)		流水会(空)	フローヨガ		
		健	コスモス(太)	実践体育	延明クラブ(太)		Bam☆boo	松拳の会(太)		
2	水	武	リンパ&ルーシー	リラクゼーション ヨガ	太極気功	いきいき(工)	塩原チア	南区剣道		
		健	さわやか(工)	実践体育	ポアンの木(太)	元龍太極拳		ボクシング体操		
3	木	武	たんぽぽ(卓)	ジュナサイズ フロア	ポピー(卓)	若葉(卓)	清瀧会(剣)	ルーシーダットン		
		健			市レク(フォ)	リズムック(空)		ZUMBA		
4	金	武	ジャスミン(卓)	あじさい(卓)	ピラティス		サザンクロス(太)	さんさんクラブ(太)		
		健	親子リトミック	南風香(太)				てくてく(工)		
5	土	武	フォローアップ			個人利用				
		健	個人利用							
6	日	武	南区剣道連盟西高宮剣錬会60周年大会					個人利用		
		健	南区剣道連盟西高宮剣錬会61周年大会					個人利用		
7	月	武	クイーンズ(卓)	済美会(な)		南風香(太)	清瀧会(剣)			
		健		ポピンズ(フォ)			アクティブ(体)			
8	火	武	若葉(卓)	どんぐり(卓)	延明クラブ(太)	卓球教室	清瀧会(剣)	フローヨガ		
		健	コスモス(太)	実践体育		延明クラブ(太)	Bam☆boo	松拳の会(太)		
9	水	武	リンパ&ルーシー	リラクゼーション ヨガ	エンジョイ(ダ)		塩原チア	南区剣道		
		健	さわやか(工)	実践体育	ポアンの木(太)	延明クラブ(太)		ボクシング体操		
10	木	武	ポピー(卓)	ジュナサイズ フロア	エンジョイ(ダ)	若葉(卓)	清瀧会(剣)	ルーシーダットン		
		健		太極気功	市レク(フォ)			てくてく(工)		
11	金	武	ジャスミン(卓)	あじさい(卓)	ピラティス		南クラブ	南クラブ		
		健	親子リトミック	済美会(な)	SAORIN'S		アクティブ(体)			
12	土	武	フォローアップ			JR九州親愛会剣道大会	個人利用			
		健	個人利用							
13	日	武	個人利用							
		健	個人利用							
14	月	武	体育の日							
		健	体育の日							
15	火	武	遊々クラブ(卓)	どんぐり(卓)	遊ぼう隊(卓)	卓球教室	流水会(空)	フローヨガ		
		健		実践体育	延明クラブ(太)		Bam☆boo	松拳の会(太)		

日	曜	室	9~11	11~13	13~15	15~17	17~19	19~21	21~22
16	水	武	リンパ&ルーシー	リラクゼーション ヨガ	エンジョイ(ダ)	いきいき(工)	塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(工)	実践体育	ポアンの木(太)	延明クラブ(太)		ボクシング体操	
17	木	武	ポピー(卓)	若葉(卓)	太極気功	ファイターズ(卓)	清瀧会(剣)	ルーシーダットン	
		健			市レク(フォ)	リズムック(空)		てくてく(工)	
18	金	武	たんぽぽ(卓)	あじさい(卓)	ピラティス	ジャスミン(卓)	サザンクロス(太)		
		健	親子リトミック	済美会(な)			アクティブ(体)		
19	土	武	フォローアップ			個人利用			
		健	個人利用						
20	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
21	月	武	定期点検日						
		健	定期点検日						
22	火	武	個人利用						
		健	個人利用						
23	水	武	リンパ&ルーシー	リラクゼーション ヨガ	エンジョイ(ダ)	いきいき(工)	塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(工)	実践体育	ポアンの木(太)	延明クラブ(太)	アクティブ(体)	ボクシング体操	
24	木	武	ポピー(卓)	ジュナサイズ フロア	エンジョイ(ダ)	ファイターズ(卓)	清瀧会(剣)	ルーシーダットン	
		健		太極気功	市レク(フォ)	リズムック(空)		てくてく(工)	
25	金	武	たんぽぽ(卓)	あじさい(卓)	遊ぼう隊(卓)	ジャスミン(卓)	さんさんクラブ(太)		
		健		済美会(な)	SAORIN'S				
26	土	武	フォローアップ			個人利用			
		健	個人利用						
27	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
28	月	武	クイーンズ(卓)	済美会(な)		南風香(太)	清瀧会(剣)		
		健		ポピズ(フォ)	延明クラブ(太)		アクティブ(体)		
29	火	武	どんぐり(卓)	若葉(卓)	ハートフル(体)	卓球教室	清瀧会(剣)		
		健	コスモス(太)		延明クラブ(太)		Bam☆boo	松拳の会(太)	
30	水	武			小犬のワルツ(社)		塩原チア	南区剣道	
		健			ポアンの木(太)	延明クラブ(太)			
31	木	武	若葉(卓)		ポピー(卓)	リズムック(空)			
		健			太極気功	リズムック(空)		てくてく(工)	

※表中の(卓)=卓球、(太)=太極拳、(工)=エアロ、(剣)=剣道、(な)=なぎなた、(体)=体操、(フォ)=フォークダンス、(社)=社交ダンス、(空)=空手

弓道場	10月13日	月例会の為、9時~21時はご利用できません。
-----	--------	------------------------

※変更の可能性がありますので、最新の状況は体育館にお問い合わせ下さい。

2019年10月26日現在
南体育館 TEL 092-552-0301