

7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	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
2	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
3	月	武	クイーンズ(卓)	卓笑会	チャレンジャー	南風香(太)	清龍会(剣)		
		健		ポピンズ			アクティブ体操		
4	火	武	遊々クラブ	リラクゼーションヨガ	延明クラブ(太)	遊ぼう隊(卓)	流水会(空)	フローヨガ	
		健	コスモス(太)	実践体育			Ban☆boo	松拳の会	
5	水	武	バレトン	たんぽぽ	太極気功	いきいき(エ)	塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)	実践体育	ポアンの木	元龍太極拳		てくてく(エ)	
6	木	武	たんぽぽ	ジュナサイズフロア	ポピー	ファイターズ	清龍会(剣)	ルーシーダットン	
		健	親子リトミック		市レク(フォ)	リズムミック(空)		ZUMBA	
7	金	武	FTクラブ	済美会南(な)	ピラティス	あじさい	南クラブ	サザンクロス(太)	
		健					清龍会(剣)		
8	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
9	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
10	月	武		チャレンジャー[中]	チャレンジャー[南]		清龍会(剣)		
		健	パフォーマンス	ポピンズ			アクティブ体操	シルバー人材(タ)	
11	火	武	若葉(卓)	リラクゼーションヨガ		遊ぼう隊(卓)	清龍会(剣)	フローヨガ	
		健	コスモス(太)	実践体育			Ban☆boo	松拳の会	
12	水	武	バレトン	たんぽぽ	エンジョイ・ダンス	いきいき(エ)	塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)	実践体育	ポアンの木	元龍太極拳		体力・体組成測定会	
13	木	武	若葉(卓)	ジュナサイズフロア	市レク(フォ)	太極気功	清龍会(剣)	ルーシーダットン	
		健	親子リトミック	彩の会		リズムミック(空)		ZUMBA	
14	金	武	FTクラブ	ポピー	あじさい	遊ぼう隊(卓)	南クラブ	サザンクロス(太)	
		健		済美会南(な)			アクティブ体操	てくてく(エ)	
15	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						

日	曜	室	9~11	11~13	13~15	15~17	17~19	19~21	21~22
16	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
17	月	武	個人利用						
		健	個人利用						
18	火	武	定期点検日						
		健							
19	水	武	バレトン	ポピー	エンジョイ・ダンス	ZUMBA	塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)	実践体育	ポアンの木	元龍太極拳	アクティブ体操	ZUMBA	
20	木	武	たんぽぽ	ジュナサイズフロア	若葉(卓)	太極気功	清龍会(剣)	ルーシーダットン	
		健	親子リトミック		市レク(フォ)	リズムミック(空)		てくてく(エ)	
21	金	武	FTクラブ	済美会南(な)	ピラティス	あじさい	サザンクロス(太)	さんさんクラブ(太)	
		健					清龍会(剣)		
22	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
23	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
24	月	武	クイーンズ(卓)	卓勝会	チャレンジャー	南風香(太)	清龍会(剣)		
		健		ポピンズ			アクティブ体操		
25	火	武	どんぐり(卓)	リラクゼーション	若葉(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		Ban☆boo	松拳の会	
26	水	武	バレトン	ポピー		いきいき(エ)	塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)	実践体育	ポアンの木	元龍太極拳	シルバー人材(夕)	パフォーマンス	
27	木	武	たんぽぽ	ジュナサイズフロア	若葉(卓)	太極気功	リズムミック(空)	ZUMBA	
		健	彩の会	市レク(フォ)			清龍会(剣)	てくてく(エ)	
28	金	武	FTクラブ	済美会南(な)	ピラティス	あじさい	チェリーズ		
		健					さんさん(太)	サザンクロス(太)	
29	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
30	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
31	月	武	クイーンズ(卓)	西部卓楽会	チャレンジャー	遊ぼう隊(卓)	リンク		
		健		ポピンズ		南風香(太)	清龍会(剣)	日向ひよっとこ踊り	

※10月から午前9時より22時までのご利用時間に変更となりました。

※変更の可能性ありますので、最新の状況は体育館にお問い合わせ

H29年7月22日現在  
南体育館 TEL 092-552-0301