

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	月	武	クイーンズ(卓)	卓南会	チャレンジャー	南風香(太)	清龍会(剣)	ZUMBA	
		健		ポピンズ(フォ)			アクティブ体操	山王杖道会	
2	火	武	遊々クラブ	どんぐり(卓)	黒ねこのタンゴ(社)		流水会(空)	ロックリングス	
		健	コスモス(太)	ポピンズ(フォ)	延明クラブ(太)		Bam☆boo	松拳の会(太)	
3	水	武	たんぽぽ	サクラ(卓)	T-カトリア(卓)		塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)	ZUMBA	ポアンの木	元龍太極拳		てくてく(エ)	
4	木	武	たんぽぽ(卓)		ポピー(卓)	ファイターズ(卓)	清龍会(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)		ZUMBA	
5	金	武	東公園卓球クラブ		黒ねこのタンゴ	キッズ体操	サザンクロス(太)	山王杖道会	
		健	親子リトミック	済美会(な)	SAORIN'S		シルバー(社)	サザンクロス(太)	
6	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
7	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
8	月	武	体育の日無料開放						
		健	体育の日無料開放 イベント教室				体育の日無料開放		
9	火	武	どんぐり(卓)	リラクゼーション ヨガ	延明クラブ(太)	若葉(卓)	Bam☆boo	フローヨガ	
		健	コスモス(太)	実践体育	博多(フォ)	延明クラブ(太)	清龍会(剣)	松拳の会(太)	
10	水	武	リンパ&ルーシー	サクラ(卓)		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	アクティブ体操	ZUMBA	
11	木	武	ポピー	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	F4(ダ)		市レク(フォ)	リズムック(空)		山王杖道会	
12	金	武	FTクラブ(バド)	済美会(な)	ピラティス	キッズ体操	チェリーズダンス(社)		
		健	親子リトミック		SAORIN'S		サザンクロス(太)	さんさんクラブ(太)	
13	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
14	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
15	月	武	定期点検日						
		健							

日	曜	室	9~11	11~13	13~15	15~17	17~19	19~21	21~22	
16	火	武	若葉(卓)	リラクゼーション ヨガ	遊ぼう隊(卓)		流水会(空)	フローヨガ		
		健		実践体育	延明クラブ(太)		清龍会(剣)	松拳の会(太)		
17	水	武	リンパ&ルーシー	サクラ(卓)	小犬のワルツ	いきいき(エ)	塩原チア	南区剣道		
		健	さわやか(エ)	実践体育	太極気功	元龍太極拳	アクティブ体操	ZUMBA		
18	木	武	ポピー(卓)	ジュナサイズ フロア		リズムック(空)		ルーシーダットン		
		健	F4(ダ)		市レク(フォ)			ZUMBA		
19	金	武	あじさい(卓)	済美会(な)	ピラティス	キッズ体操	プロムナード(社)			
		健	親子リトミック		SAORIN'S		南クラブ(太)	さんさんクラブ(太)		
20	土	武	フォローアップ		個人利用					
		健	個人利用							
21	日	武	個人利用							
		健	個人利用							
22	月	武	クイーンズ(卓)	卓南会	チャレンジャー	南風香(太)	チェリーズダンス(社)			
		健		ポピンズ(フォ)	延明クラブ(太)		清龍会(剣)	山王杖道会		
23	火	武	若葉(卓)	リラクゼーション ヨガ	小犬のワルツ			フローヨガ		
		健	コスモス(太)	実践体育	延明クラブ(太)	延明クラブ(太)	Bam☆boo	松拳の会(太)		
24	水	武	リンパ&ルーシー	あじさい(卓)	サクラ(卓)	太極気功	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		
25	木	武	若葉(卓)	ジュナサイズ フロア	ポピー(卓)	ファイターズ(卓)		ルーシーダットン		
		健			市レク(フォ)	リズムック(空)		山王杖道会		
26	金	武	FTクラブ(バド)	済美会(な)	ピラティス	キッズ体操	さんさんクラブ(太)	サザンクロス(太)		
		健		済美会(な)	SAORIN'S		シルバー(社)	てくてく(エ)		
27	土	武	フォローアップ		個人利用					
		健	個人利用							
28	日	武	個人利用							
		健	個人利用							
29	月	武	ばらもん会(卓)		チャレンジャー(卓)	南風香(太)	清龍会(剣)	山王杖道会		
		健		ポピンズ(フォ)			アクティブ体操			
30	火	武	初心者太極拳	リラクゼーション ヨガ	スイング(社)		Bam☆boo	フローヨガ		
		健		実践体育	ハートフル(体)	延明クラブ(太)	清龍会(剣)	松拳の会(太)		
31	水	武	リンパ&ルーシー	サクラ(卓)	黒ねこのタンゴ		塩原チア	南区剣道		
		健		実践体育	ポアンの木			てくてく(エ)		

※表中の(卓)=卓球、(太)=太極拳、(エ)=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

※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。

南体育館 TEL 092-552-0301