

1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	水	武 健	<b>1月4日まで年始休館日</b>												
2	木	武 健													
3	金	武 健													
4	土	武 健													
5	日	武 健	個 人 利 用												
6	月	武 健	クイーンズ(卓)	ポピンズ (フォ)		南風香(太)									
				済美会(な)			アクティブ(体)	てくてく(エ)							
7	火	武 健	若葉(卓)		遊ぼう隊(卓)			フローヨガ							
			コスモス(太)	実践体育	延明クラブ(太)		清瀧会(剣)	松拳の会(太)							
8	水	武 健	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(エ)	塩原チア	南区剣道							
			さわやか(エ)	実践体育	ポアンの木(太)	元龍太極拳	ボクシング体操								
9	木	武 健	たんぼぼ(卓)	ポピー(卓)	太極気功	若葉(卓)	清瀧会(剣)	ケーキ(卓)							
					市レク(フォ)			ZUMBA							
10	金	武 健	ジャズミン(卓)	あじさい(卓)	遊ぼう隊(卓)	キッズ体操	サザンクロス(太)								
			親子リトミック	南風香(太)			アクティブ(体)								
11	土	武 健	フォローアップ		個人利用										
			個 人 利 用												
12	日	武 健	個 人 利 用												
			個 人 利 用												
13	月	武 健	個 人 利 用												
			個 人 利 用												
14	火	武 健	若葉(卓)	どんぐり(卓)	遊ぼう隊(卓)		清瀧会(剣)	フローヨガ							
			コスモス(太)	実践体育	延明クラブ(太)		流水会(空)	松拳の会(太)							
15	水	武 健	リンパ&ルーシー	リラクゼーション ヨガ	ポピー(卓)		塩原チア	南区剣道							
			さわやか(エ)	実践体育	ポアンの木(太)		アクティブ(体)	ボクシング体操							

日	曜	室	9~11	11~13	13~15	15~17	17~19	19~21	21~22
16	木	武	たんぽぽ(卓)	ジュナサイズ フロア	太極気功	若葉(卓)	清龍会(剣)	ルーシーダットン	
		健			市レク(フォ)			てくてく(エ)	
17	金	武	ジャスミン(卓)	あじさい(卓)	ピラティス	キッズ体操	ケーキ(卓)		
		健	親子リトミック	南風香(太)					
18	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
19	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
20	月	武	定期点検日						
		健	定期点検日						
21	火	武	遊々クラブ(卓)	どんぐり(卓)	遊ぼう隊(卓)	若葉(卓)	清龍会(剣)	フローヨガ	
		健		実践体育	ハートフル(体)	延明クラブ(太)	Bam☆boo	松拳の会(太)	
22	水	武	リンパ&ルーシー	リラクゼーション ヨガ	元龍太極拳(太)	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(太)			ボクシング体操	
23	木	武	ポピー(卓)	ジュナサイズ フロア	若葉(卓)	ファイターズ(卓)	清龍会(剣)	ルーシーダットン	
		健			市レク(フォ)			てくてく(エ)	
24	金	武	FTクラブ(卓)	あじさい(卓)	ピラティス	キッズ体操	さんさんクラブ(太)		
		健	親子リトミック	南風香(太)			アクティブ(体)		
25	土	武	フォローアップ		個人利用				
		健	個人利用						
26	日	武	個人利用						
		健	個人利用						
27	月	武	クイーンズ(卓)	ポピンズ(フォ)		南風香(太)	清龍会(剣)		
		健		済美会(な)	延明クラブ(太)		アクティブ(体)		
28	火	武	どんぐり(卓)	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(太)		Bam☆boo	松拳の会(太)	
29	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(エ)	塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)	実践体育	ポアンの木(太)	元龍太極拳		ボクシング体操	
30	木	武	たんぽぽ(卓)	ジュナサイズ フロア	太極気功	ファイターズ(卓)	清龍会(剣)	ルーシーダットン	
		健			南風香(太)	リズムック(空)			
31	金	武	ポピー(卓)	済美会(な)	ピラティス	キッズ体操	南クラブ(太)	てくてく(エ)	
		健	親子リトミック					南クラブ(太)	

※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

弓道場	1月18日	弓道部会 初射会 9時~21時
-----	-------	-----------------

※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。

2020年1月25日  
南体育館 TEL 092-552-0301