

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	火	武 健	<h1>年始休館日</h1>							
2	水	武 健								
3	木	武 健								
4	金	武 健								
5	土	武	フォローアップ	個人利用						
		健	個人利用							
6	日	武	個人利用							
		健	個人利用							
7	月	武	卓南会	チャレンジャー(卓)	南風香					
		健		ポピンズ			アクティブ(体)	てくてく(エ)		
8	火	武	どんぐり(卓)	若葉(卓)	遊ぼう隊(卓)	元龍太極拳	流水会(空)	フローヨガ		
		健	コスモス(太)	ポピンズ	元龍太極拳	延明クラブ(太)	Bam☆boo	松拳の会		
9	水	武	リンパ&ルーシー	サクラ	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	福岡シュタイナー			ZUMBA		
10	木	武	たんぽぽ(卓)	ジュナサイズフロア	ポピー(卓)	ファイターズ	清龍会(剣)	ルーシーダットン		
		健	F4		市レク(フォ)	リズムック(空)		てくてく(エ)		
11	金	武	ポピー(卓)	あじさい(卓)	ピラティス	キッズ体操	プラムナード			
		健	親子ヨガ	南風香(太)	SAORIN'S		さんさんクラブ(太)			
12	土	武	フォローアップ	個人利用						
		健	個人利用							
13	日	武	個人利用							
		健	個人利用							
14	月	武	個人利用							
		健	個人利用							
15	火	武	遊々クラブ	リラクゼーションヨガ	遊ぼう隊(卓)	延明クラブ(太)	清龍会(剣)	フローヨガ		
		健	コスモス(太)	南風香(太)	博多フォークダンス	延明クラブ(太)	Bam☆boo	松拳の会		

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	サクラ	黒ねこのタンゴ		塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)		ポアンの木	いきいき(エ)	アクティブ(体)	ZUMBA	
17	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)		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(エ)	
18	金	武	あじさい	済美会(な)	ピラティス	キッズ体操	さんさんクラブ(太)	山王杖道会	
		健			SAORIN'S		シルバー人材	さんさんクラブ(太)	
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	どんぐり(卓)	リラクゼーション ヨガ	元龍太極拳		清龍会	フローヨガ	
		健		実践体育	博多フォーク ダンス	延明クラブ(太)	Bam☆boo	山王杖道会	
23	水	武	リンパ&ルーシー	サクラ		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)	太極気功	アクティブ(体)	ZUMBA	
24	木	武	ポピー(卓)	ジュナサイズ フロア	若葉(卓)	南風香(太)	清龍会(剣)	ルーシーダットン	
		健	F4		市レク(フォ)	リズムック(空)		山王杖道会	
25	金	武	たんぽぽ(卓)	済美会(な)	ピラティス	キッズ体操	チェリーズダンス		
		健	親子ヨガ	南風香(太)	SAORIN'S		サザンクロス(太)		
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	卓南会	チャレンジャー (卓)		南風香(太)	プロムナード(社)		
		健		ポピンズ(フォ)	延明クラブ(太)		清龍会(剣)	てくてく(エ)	
29	火	武	どんぐり(卓)	リラクゼーション ヨガ	若葉(卓)		流水会(空)	松拳の会	
		健	コスモス(太)	実践体育	延明クラブ(太)		清龍会(剣)	山王杖道会	
30	水	武	たんぽぽ(卓)	サクラ	小犬のワルツ(社)		塩原チア	南区剣道	
		健	さわやか(エ)		ポアンの木(太)	元龍太極拳	アクティブ(体)		
31	木	武	ポピー(卓)	ジュナサイズ フロア	若葉(卓)	リズムック(空)		ルーシーダットン	
		健			太極気功		シルバー人材	ZUMBA	

※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。

H30年12月22日現在  
南体育館 TEL 092-552-0301