

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
<p>【赤字記載について】</p> <p>赤字にて記載の内容につきましては、更新日時点では未定及び予定となっております。そのため、変更となる場合があります。ご了承ください。</p> <p>*…夏期のため、会場変更場合があります。</p> <p>※…通常会場より、変更となっております。</p> <p>詳しくは、お電話にてお問い合わせください。</p>					<p>E17 インナーシェイプヨガ(初級)</p> <p>*商工会館 9:30~10:30</p> <p>E18 やさしいヨガ</p> <p>総合体育館 10:45~11:45</p> <p>E10 パレトン(金)</p> <p>*商工会館 10:50~11:50</p> <p>C6 ヒップホップダンス</p> <p>総合体育館 17:00~18:00</p> <p>E26 ゴルフ(金・夜)</p> <p>涼仙ゴルフ倶楽部 18:00~20:00</p> <p>E13 ズンバ(夜)</p> <p>総合体育館 18:30~19:30</p> <p>E19 四季ヨガ</p> <p>商工会館 18:45~19:45</p> <p>E20 フローヨガ</p> <p>商工会館 19:55~20:55</p>	<p>C10 女子バレーボール</p> <p>総合体育館 9:00~12:00</p> <p>O11 ジュニア硬式テニス低学年</p> <p>中央テニスコート 8:15~9:15</p> <p>O12 ジュニア硬式テニス高学年</p> <p>中央テニスコート 9:20~10:20</p> <p>E21 硬式テニス</p> <p>中央テニスコート 10:30~11:30</p>
3	4	5	6	7	8	9
	<p>E2 ストレッチ&かんたんエアロ(月)</p> <p>*商工会館 9:45~10:45</p> <p>E4 フラダンス</p> <p>総合体育館 10:00~11:00</p> <p>E16 スローステップ女子部</p> <p>総合体育館 9:50~10:50</p> <p>E5 いきいきウォーキング</p> <p>*商工会館 11:00~12:00</p>		<p>E7 健康太極拳</p> <p>商工会館 9:30~11:00</p> <p>E8 やさしいパレトン</p> <p>総合体育館 9:30~10:30</p>	<p>E3 ストレッチ&かんたんエアロ(木)</p> <p>*武道館 9:45~10:45</p>	<p>E17 インナーシェイプヨガ(初級)</p> <p>*商工会館 9:30~10:30</p> <p>E18 やさしいヨガ</p> <p>総合体育館 10:45~11:45</p> <p>E12 ズンバ(金)</p> <p>商工会館 11:00~12:00</p>	<p>C10 女子バレーボール</p> <p>総合体育館 9:00~12:00</p> <p>O11 ジュニア硬式テニス低学年</p> <p>中央テニスコート 8:15~9:15</p> <p>O12 ジュニア硬式テニス高学年</p> <p>中央テニスコート 9:20~10:20</p> <p>E21 硬式テニス</p> <p>中央テニスコート 10:30~11:30</p>
	<p>E6 クラシックバレエ</p> <p>*総合体育館 14:00~15:00</p> <p>C1 タラシックバレエキッズ</p> <p>*総合体育館 16:00~17:00</p> <p>C3 リズム運動(月)</p> <p>*総合体育館 16:00~17:00</p>	E22 ゴルフ(火)	E23 ゴルフ①(水・昼)	E14 リラックスストレッチ	C6 ヒップホップダンス	G7 ジュニアパドミント(初心者)
	<p>C2 ジュニアゴルフ</p> <p>涼仙ゴルフ倶楽部 18:00~20:00</p>	C10 女子バレーボール	E25 ゴルフ(水・夜)	C8 ジュニアパドミント初級(夜)	E26 ゴルフ(金・夜)	C8 ジュニアパドミント(レベルアップ)
10	11	12	13	14	15	16
	<p>E1 シニア健康体操</p> <p>福祉センター 9:30~11:30</p> <p>E2 ストレッチ&かんたんエアロ(月)</p> <p>*商工会館 9:45~10:45</p> <p>E4 フラダンス</p> <p>総合体育館 10:00~11:00</p> <p>E16 スローステップ女子部</p> <p>総合体育館 9:50~10:50</p> <p>E5 いきいきウォーキング</p> <p>*商工会館 11:00~12:00</p>		<p>E7 健康太極拳</p> <p>商工会館 9:30~11:00</p> <p>E8 やさしいパレトン</p> <p>総合体育館 9:30~10:30</p> <p>E9 パレトン(水)</p> <p>総合体育館 10:50~11:50</p>	<p>E3 ストレッチ&かんたんエアロ(木)</p> <p>*商工会館 9:45~10:45</p> <p>E11 ズンバ(木)</p> <p>商工会館 11:00~12:00</p>	<p>E17 インナーシェイプヨガ(初級)</p> <p>*商工会館 9:30~10:30</p> <p>E18 やさしいヨガ</p> <p>総合体育館 10:45~11:45</p> <p>E10 パレトン(金)</p> <p>*商工会館 10:50~11:50</p>	<p>C10 女子バレーボール</p> <p>総合体育館 9:00~12:00</p> <p>O11 ジュニア硬式テニス低学年</p> <p>中央テニスコート 8:15~9:15</p> <p>O12 ジュニア硬式テニス高学年</p> <p>中央テニスコート 9:20~10:20</p> <p>E21 硬式テニス</p> <p>中央テニスコート 10:30~11:30</p>
	<p>E6 クラシックバレエ</p> <p>*総合体育館 14:00~15:00</p> <p>C1 クラシックバレエキッズ</p> <p>*総合体育館 16:00~17:00</p> <p>C3 リズム運動(月)</p> <p>*福祉センター 16:00~17:00</p>	E22 ゴルフ(火)	E23 ゴルフ①(水・昼)	E14 リラックスストレッチ	C6 ヒップホップダンス	G7 ジュニアパドミント(初心者)
	<p>C2 ジュニアゴルフ</p> <p>涼仙ゴルフ倶楽部 18:00~20:00</p>	C10 女子バレーボール	E25 ゴルフ(水・夜)	E15 スローステップ男子部	E26 ゴルフ(金・夜)	C8 ジュニアパドミント(レベルアップ)
17	18	19	20	21	22	23
			<p>E7 健康太極拳</p> <p>商工会館 9:30~11:00</p> <p>E8 やさしいパレトン</p> <p>総合体育館 9:30~10:30</p>	<p>E3 ストレッチ&かんたんエアロ(木)</p> <p>*武道館 9:45~10:45</p>	<p>E17 インナーシェイプヨガ(初級)</p> <p>*商工会館 9:30~10:30</p> <p>E18 やさしいヨガ</p> <p>総合体育館 10:45~11:45</p> <p>E12 ズンバ(金)</p> <p>商工会館 11:00~12:00</p>	<p>C10 女子バレーボール</p> <p>総合体育館 9:00~12:00</p> <p>O11 ジュニア硬式テニス低学年</p> <p>中央テニスコート 8:15~9:15</p> <p>O12 ジュニア硬式テニス高学年</p> <p>中央テニスコート 9:20~10:20</p> <p>E21 硬式テニス</p> <p>中央テニスコート 10:30~11:30</p>
	<p>E6 クラシックバレエ</p> <p>*総合体育館 14:00~15:00</p>	E22 ゴルフ(火)	E23 ゴルフ①(水・昼)	E14 リラックスストレッチ	C6 ヒップホップダンス	
	<p>C2 ジュニアゴルフ</p> <p>涼仙ゴルフ倶楽部 18:00~20:00</p>	C10 女子バレーボール	E25 ゴルフ(水・夜)	E15 スローステップ男子部	E26 ゴルフ(金・夜)	
24	25	26	27	28	29	30
	<p>E1 シニア健康体操</p> <p>総合体育館 9:30~11:30</p> <p>E2 ストレッチ&かんたんエアロ(月)</p> <p>*武道館 9:45~10:45</p> <p>E4 フラダンス</p> <p>総合体育館 10:00~11:00</p> <p>E16 スローステップ女子部</p> <p>商工会館 10:00~11:00</p> <p>E5 いきいきウォーキング</p> <p>*武道館 11:00~12:00</p>		<p>E7 健康太極拳</p> <p>商工会館 9:30~11:00</p> <p>E8 やさしいパレトン</p> <p>総合体育館 9:30~10:30</p> <p>E9 パレトン(水)</p> <p>総合体育館 10:50~11:50</p>	<p>E3 ストレッチ&かんたんエアロ(木)</p> <p>*商工会館 9:45~10:45</p> <p>E11 ズンバ(木)</p> <p>商工会館 11:00~12:00</p>	<p>E17 インナーシェイプヨガ(初級)</p> <p>*商工会館 9:30~10:30</p> <p>E18 やさしいヨガ</p> <p>総合体育館 10:45~11:45</p> <p>E13 ズンバ(金)</p> <p>商工会館 11:00~12:00</p>	<p>C10 女子バレーボール</p> <p>総合体育館 9:00~12:00</p> <p>O11 ジュニア硬式テニス低学年</p> <p>中央テニスコート 8:15~9:15</p> <p>O12 ジュニア硬式テニス高学年</p> <p>中央テニスコート 9:20~10:20</p> <p>E21 硬式テニス</p> <p>中央テニスコート 10:30~11:30</p>
	<p>C3 リズム運動(月)</p> <p>*総合体育館 16:00~17:00</p>	E22 ゴルフ(火)	E23 ゴルフ①(水・昼)	E14 リラックスストレッチ	C6 ヒップホップダンス	
	<p>C2 ジュニアゴルフ</p> <p>涼仙ゴルフ倶楽部 18:00~20:00</p>	C10 女子バレーボール	E25 ゴルフ(水・夜)	E15 スローステップ男子部	E19 四季ヨガ	