

		午 前 9 : 00 ~ 12 : 00		午 後 13 : 00 ~ 17 : 00		夜 間 18 : 00 ~ 21 : 00	
1	木	アンチエイジング 9 : 45 ~ 10 : 45	太極拳 (午前) 11 : 00 ~ 12 : 30	初めてのフラダンス 13 : 30 ~ 14 : 45	太極拳 (午後) 15 : 00 ~ 16 : 30		ジャズ体操 19 : 15 ~ 20 : 15
2	金	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
3	土	リセットヨガ 9 : 30 ~ 10 : 35 リフレッシュヨガ 10 : 50 ~ 11 : 55		幼児体操 13 : 30 ~ 14 : 15	小学生体操低学年 14 : 25 ~ 15 : 25 小学生体操高学年 15 : 30 ~ 16 : 30	団体貸出	
4	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和4年度 体育室予定表 12月

		午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00	
5	月	団体貸出		団体貸出	
6	火	かんたん体操と 食育体験教室 9:30~10:30	健康気功 11:00~12:15	みんなのヨガ 13:30~14:30	
7	水	シニアらくらく体操 9:30~10:30	リラックスヨガ 10:45~12:00	団体貸出	
8	木	アンチエイジング 9:45~10:45	太極拳（午前） 11:00~12:30	初めてのフラダンス 13:30~14:45	太極拳（午後） 15:00~16:30
					ジャズ体操 19:15~20:15
9	金	団体貸出		団体貸出	
10	土	リセットヨガ 9:30~10:35 リフレッシュヨガ 10:50~11:55		幼児体操 13:30~14:15	小学生体操低学年 14:25~15:25 小学生体操高学年 15:30~16:30
11	日	団体貸出		団体貸出	

令和4年度 体育室予定表 12月

		午 前 9 : 00 ~ 12 : 00	午 後 13 : 00 ~ 17 : 00	夜 間 18 : 00 ~ 21 : 00
12	月	団体貸出		団体貸出
13	火	かんたん体操と 食育体験教室 9 : 30 ~ 10 : 30	健康気功 11 : 00 ~ 12 : 15	団体貸出
14	水	シニアらくらく体操 9 : 30 ~ 10 : 30	リラックスヨガ 10 : 45 ~ 12 : 00	団体貸出
15	木	アンチエイジング 9 : 45 ~ 10 : 45	太極拳 (午前) 11 : 00 ~ 12 : 30	初めてのフラダンス 13 : 30 ~ 14 : 45
			太極拳 (午後) 15 : 00 ~ 16 : 30	ジャイロキネシス® チェアクラス 18 : 30 ~ 19 : 20
				ジャイロキネシス® マットクラス 19 : 30 ~ 20 : 20
15	木			ジャズ体操 19 : 15 ~ 20 : 15
16	金	団体貸出		団体貸出
17	土	リセットヨガ 9 : 30 ~ 10 : 35 リフレッシュヨガ 10 : 50 ~ 11 : 55	幼児体操 13 : 30 ~ 14 : 15	小学生体操低学年 14 : 25 ~ 15 : 25 小学生体操高学年 15 : 30 ~ 16 : 30
18	日	団体貸出		団体貸出

令和4年度 体育室予定表 12月

		午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00	
19	月	団体貸出		団体貸出	
20	火	かんたん体操と 食育体験教室 9:30~10:30	健康気功 11:00~12:15	団体貸出	
21	水	シニアらくらく体操 9:30~10:30	リラックスヨガ 10:45~12:00	団体貸出	
22	木	アンチエイジング 9:45~10:45	太極拳（午前） 11:00~12:30	初めてのフラダンス 13:30~14:45	太極拳（午後） 15:00~16:30
					ジャズ体操 19:15~20:15
23	金	団体貸出		団体貸出	
24	土	リセットヨガ 9:30~10:35 リフレッシュヨガ 10:50~11:55		団体貸出	
25	日	団体貸出		団体貸出	

令和4年度 体育室予定表 12月

		午 前 9 : 00~12 : 00	午 後 13 : 00~17 : 00	夜 間 18 : 00~21 : 00
26	月	団体貸出		団体貸出
27	火	かんたん体操と 食育体験教室 9 : 30~10 : 30	健康気功 11 : 00~12 : 15	団体貸出
28	水	定期清掃休館日		
29	木	休 館 日		
30	金	休 館 日		
31	土	休 館 日		