

		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	女性限定 シニアヨガ教室 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
2	金	ジェンヌヨガティス 9:30~10:40		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 10:55~12:00		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5年度 体育室予定表 2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	団体貸出	
7	水	シニアらくらく体操 9:30~10:30	リラックスヨガ 10:50~12:00	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
				女性限定 シニアヨガ教室 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
9	金	ジェンヌヨガティス 9:30~10:40		団体貸出	
10	土	リセットヨガ 9:30~10:35 リフレッシュヨガ 10:55~12:00	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
11	日	団体貸出		団体貸出	

令和5年度 体育室予定表 2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 10:50~12:00	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
				女性限定 シニアヨガ教室 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
16	金	ジェンヌヨガティス 9:30~10:40		団体貸出	
17	土	リセットヨガ 9:30~10:35 リフレッシュヨガ 10:55~12:00		団体貸出	
18	日	団体貸出		団体貸出	

令和5年度 体育室予定表 2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		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		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 10:50~12:00	団体貸出		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
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	女性限定 シニアヨガ教室 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
23	金	団体貸出		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 10:55~12:00		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	
25	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和5年度 体育室予定表 2月

		午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
26	月	休館日				
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	シニアらくらく体操 9:30~10:30	リラックスヨガ 10:50~12:00	団体貸出		
29	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	
				女性限定 シニアヨガ教室 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15	

令和5年度 体育室予定表 2月