

		午前 9:00~12:00		午後 13:00~17:00		夜間 18:00~21:00	
1	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		団体貸出	
2	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	団体貸出	
3	金	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
4	土	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
5	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和6年度 体育室予定表 5月

		午前 9:00~12:00		午後 13:00~17:00		夜間 18:00~21:00	
6	月	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
7	火	体質改善 9:30~10:30	健康気功 11:00~12:15		ジュニア 少林寺拳法体験教室 16:00~17:30	団体貸出	
8	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		団体貸出	
9	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 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
10	金	ジェンヌヨガティス 9:30~10:40		団体貸出		団体貸出	
11	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	
12	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和6年度 体育室予定表 5月

		午前 9:00~12:00		午後 13:00~17:00		夜間 18:00~21:00	
13	月	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
14	火	体質改善 9:30~10:30	健康気功 11:00~12:15		ジュニア 少林寺拳法体験教室 16:00~17:30	団体貸出	
15	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		団体貸出	
16	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 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
17	金	ジェンヌヨガティス 9:30~10:40		団体貸出		団体貸出	
18	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	
19	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和6年度 体育室予定表 5月

		午前 9:00~12:00		午後 13:00~17:00		夜間 18:00~21:00	
20	月	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
21	火	体質改善 9:30~10:30	健康気功 11:00~12:15		ジュニア 少林寺拳法体験教室 16:00~17:30	団体貸出	
22	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		やさしいジャイロキネシス® 18:30~19:20	
23	木	アンチエイジング 9:45~10:45	太極拳(午前) 11:00~12:30		太極拳(午後) 15:00~16:30	女性限定シニアヨガ 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
24	金	ジェンヌヨガティス 9:30~10:40		団体貸出		団体貸出	
25	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		団体貸出	
26	日	団体貸出		団体貸出		団体貸出	

令和6年度 体育室予定表 5月

		午前 9:00~12:00		午後 13:00~17:00		夜間 18:00~21:00	
27	月	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
28	火	体質改善 9:30~10:30	健康気功 11:00~12:15		ジュニア 少林寺拳法体験教室 16:00~17:30	団体貸出	
29	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		やさしいジャイロキネシス® 18:30~19:20	
30	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 18:00~19:00	ジャズ体操 19:15~20:15
31	金	ジェンヌヨガティス 9:30~10:40		団体貸出		団体貸出	

令和6年度 体育室予定表 5月