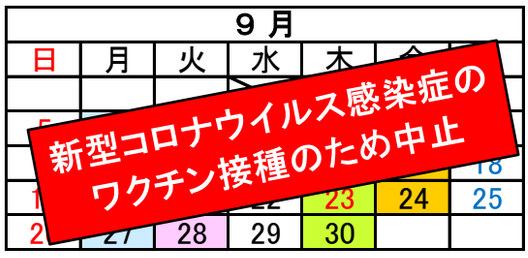
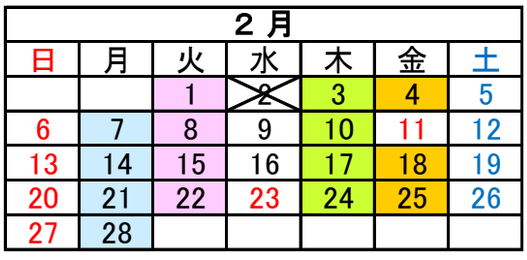
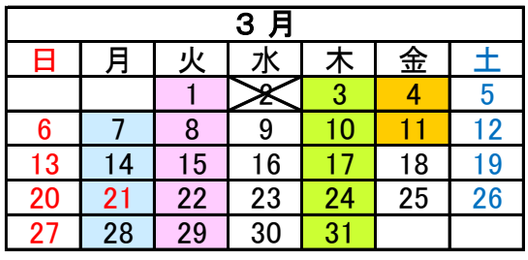
令和3年度 当日参加制教室開催カレンダー







事業名	曜日	時間	会場	備考
ホップステップ体操	月	9:30～10:30	第1スポーツホール	
いきいき体操		10:45～11:45		
はつらつ体操	火	9:30～10:30	第1スポーツホール	
シェイプアップ体操		10:45～11:45		
のびのび体操	木	14:00～15:00	第1スポーツホール	
男性のヘルシー体操		15:30～16:30		
リフレッシュ体操	金	9:30～10:30	第1スポーツホール	
フレッシュアップ体操		10:45～11:45		

※ ☒は休館日です。
※ 日付に色が塗られているのが開催日です。
※ 予定が変更になる場合がありますので、予めご了承ください。