

8月の活動予定

詳細は事務局でご案内します。お気軽にお問合せください。

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
調和小アリーナ	剣道 9時～11時半 (7・14・21・28)				剣道 9時～12時(11)		Jr.テニス 9時～11時半 (6・20・27)	
	バドミントン 11時半～13時半 (7・21) 11時半～14時 (14・28) 卓球 13時半～15時半 (7・21) 14時～16時半 (14・28) バレー(男)・ソフバ 15時半～18時半(21) ソフトバレー 15時半～18時半(7) ソフトバレー・バスケ 16時半～18時半 (14・28) フロアボール 18時半～21時 (7・14・21・28)	(小)バスケット (1年～3年) 17時～18時20分 (4年～6年) 18時25分～ 19時45分 (1・22・29) バスケット 19時～21時(15) 19時45分～21時 (1・22・29)	(小)バドミントン 16時45分～19時 (2・30) バドミントン 19時～21時 (2・30) 18時～21時 (9・16・23) インディアカ (シニア) 19時～21時 (2・9・23・30)	(小)ネオホ& ミニフロアボール 15時半～19時 (3・10・31) フロアボール 19時～21時 (3・10・31) ネオホッケー 19時～21時(24)		バドミントン 15時～18時(11) 卓球 18時～21時(11) ソフトバレー(小) 17時～19時 (4・18・25) 卓球 19時～21時 (4・18・25)		剣道 11時半～13時半 (6・13・20・27) キッズチアダンス 13時半～16時15分 (13・20・27) バドミントン 13時半～15時半(6) 9時～11時半(13) 16時15分～18時半 (20・27) 卓球 15時半～17時半(6) 16時15分～18時半 (13・20・27) インディアカ ネオホッケー 17時半～21時(6) 18時半～21時(20・27) フロアボール 18時半～21時(13)
調和小校庭	グラウンドゴルフ 8時半～10時半 (休み) ソフトボール 10時半～12時半 (7・28)							
プール	水中歩行(休み) 10時～12時		水泳(休み) 14時～16時					
大町体育館		インドアベタンク (休み) ポッチャ 13時～15時 (22)	体力アップ 9時～10時15分 (2・9・16・23・30) バレーボール 15時～18時 (2・9・16・23・30)	親子体操 15時～16時半 (休み) (小)ネオホ& ミニフロアボール 15時～16時半(17) Jr.テニス 16時半～18時 (3・10・17・24) インディアカ 18時～21時 (3・10・17・24・31)	ソフトバレー 9時半～12時 (4・11・18・25)		バレーボール 15時～18時 (6・13・20・27)	
	小運動場	テニス 9時～13時 (7・14・21) 9時～11時(28)						
大運動場			グラウンドゴルフ 9時～11時 (休み)		グラウンドゴルフ 9時～11時 (休み)			
大町スポーツ施設内・大町会議室・大町ふれあいの家○印	ゴスペル 10時～12時 (7・21)	ゆったり体操 9時半～11時半 (1・8・15・22・29)		貯筋運動 9時～10時半 (3・10・17・24)	ボディワーク 9時～10時半 (4・18・25)	フレッシュヨーガ 9時～10時半 (5・19・26)	将棋 9時半～12時 (休み)	
		囲碁(8・22) 13時半～16時半 健康マージャン 13時～17時 (1・15)	健康マージャン 13時～17時 (9・23)	気功 10時半～12時 (3・10・17・24) 俳句 13時～16時(17)	ノルディック ウォーキング 9時～10時半	スポーツ吹矢 10時40分 ～12時40分 (5・19)	健康体操 9:00～10:15(1部) 10:15～11:30(2部) 11:30～12:40(3部) (6・13・20・27) 転倒予防 13時半～15時 (6・13・20・27)	
		ダブルダッチ 初級 17時～18時 中級・中学生 18時～19時 (1・8・22・29) リカバリー体操 19時半 ～20時50分 (1・8・15・22)	英語であそぼう 18時～19時 (2・23)	フラダンス 12時半～14時半 (3・10・17・24)	男性の体力増進 15時～16時半 (4・11・18・25)	歌声広場 13時～15時 (5・19) 絵手紙 10時～12時 (12・26)	ゆるストレッチ 健康ボクシング 15時～16時半 (5・19・26) キッズホップ 16時半～19時半 (5・19・26)	ノルディック 9時～10時半 絵画 13時～18時(13・27) よさこい 18時～20時(6・20)
			英会話(大人) 19時10分 ～20時10分 (2・23)	書道 15時～18時 ☆(3・17) ★(10・24) 子ども囲碁 14時～17時 (10・24)	キッズホップ 16時半～17時半 (25) よさこい 19時～21時 (11・25)			

<<伝言板>>