

3月の活動予定[2025年度]

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 (8・15)						Jr.テニス 9時～11時半 (7)	
	卓球 11時半～14時(8) 11時半～13時半(15) バドミントン 14時～16時半(8) 13時半～15時半(15) バレー(男)・ソフバ 15時半～18時半(1) バレー(男) 15時半～18時半 (15) ソフバ・バスケット 16時半～18時半(8) フロアボール 18時半～21時 (1・8・15)	(小)バスケット (1年～4年) 17時～18時20分 (5年～6年) 18時25分～ 19時45分 (2・9) バスケット 19時45分～21時 (2・9)	(小)バドミントン 16時45分～19時 (3・10) バドミントン 19時～21時 (3・10) インディアカ (シニア) 19時～21時(3)	(小)ネオホ& ミニフロアボール 15時半～19時 (4・11) フロアボール 19時～21時 (4・11)			剣道 11時半～13時半 (7・14) キッズチアダンス 13時半～16時(7) バドミントン・卓球 16時～20時(7) バドミントン 13時半～16時(14) 卓球 16時～18時半(14)	
					(小)ソフトバレー 17時～19時 (5・12) 卓球 19時～21時 (5・12)		インディアカ 18時半～21時 (14)	
調和小校庭	グラウンドゴルフ 8時半～10時半 (8・15・22・29) ソフトボール(8・22) 10時半～12時半							
プール	水中歩行 10時～12時 (活動なし)		水泳(2026年3月31日まで、調布市総合体育館 室内プールで活動予定) * 12:00～14:00 * 10・17・24・31(火曜日)					
大町体育館		インドアベタンク 13時～15時 (9・23)	体カアップ 9時～10時15分 (3・10・17・24・31)	親子体操 15時～16時半 (4・11・18・25)	ソフトバレー 9時半～12時 (19・26)		バレーボール 15時～18時 (7・28)	
		ポッチャ 12時～15時 (2・9・16・23) 小学生バスケット 17時～19時45分 (16・23) バスケット 19時45分～21時 (16・23)	小学生 バドミントン 15時～19時 (17・24) バレーボール 19時～21時 (17・24) バスケット 19時45分～21時 (3・10・31)	Jr.テニス 16時半～18時 (4・11・25) 小ネオホ& ミニフロアボール 16:30～19:00(18) インディアカ 18時～21時(4・11) 19時～21時 (18・25)	ピックルボール 18時～21時 (5・12・26)		チアダンス 15時～18時 (14・21)	
小運動場	テニス 9時～13時(8) 11時～13時(15・22) Jr.テニス 9時～11時(15・22)							
大運動場			グラウンドゴルフ 9時～11時 (3・10・17・24・31)		グラウンドゴルフ 9時～11時 (5・12・19・26)			
大町会議室 ・ 大町ふれあいの家 ○印	ゴスペル 10時～12時 (15・22)	ゆったり体操 9時半～11時半 (2・9・16・23・30)		貯筋運動 9時～10時半 (4・11・18・25)	ポディーワーク 9時～10時半 (5・12・19・26)	フレッシュヨガ 9時～10時半 (6・13・27)	将棋 9時半～11時半 (7)	
	健康太極拳 13時～15時 (8・15・22)	健康マーじゃん 12時半～17時 (2・16) 囲碁 13時半～16時半 (9・23) ダブルダッチ 初級 17時～18時 中級以上 18時～19時15分 (2・9・16・23) リカバリー体操 19時半 ～20時50分 (2・9・16・23)	健康マーじゃん 12時半～17時 (10・24) 英語であそぼう 17時15分～18時 18時15分～19時 (3・17) 英会話(大人) 19時10分 ～20時10分 (3・17)	気功 10時半～12時 (4・11・18・25) 俳句 13時～16時(18) フラダンス 12時半～14時半 (4・11・18・25) 書道 16時～18時 ☆(4・18) ★(11・25) 子ども囲碁 15時半～17時 (11・25)	ノルディック ウォーキング 10時～11時半 男性の体力増進 15時～16時半 (5・12・19・26) キッズホップ 16時半～17時半 (5・12・19・26) よさこい 19時～21時 (12・26)	スポーツ吹矢 10時40分～12時 (6・13・20・27) 歌声広場 13時～15時 (6・20) 絵手紙 10時～12時 (13・27) ゆるストレッチ 健康ボクシング 15時～16時半 (6・27) キッズホップ 16時半～19時半 (6・13・20・27)	健康体操 9時～10時半(1部) 10時半～12時(2部) (7・14・21・28) ノルディック 10時～11時半 絵画 13時～18時 (14・28) チェアエクササイズ 13時半～15時 (7・14・21・28) よさこい 19時～21時 (7・21)	

<<伝言板>>

* 調和小プール可動床工事のため使用不可 ⇒2025年11/4(火)～2026年3/31(火)