10月の活動予定[2026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 (4・11・18・25) バドミントン 11時半～13時半 (4・18) 11時半～14時(11・25) 卓球 13時半～15時半 (4・18) 14時～16時半(11・25) バレー(男)・ソフバ 15時半～18時半 (4・18) ソフバ・バスケット 16時半～18時半 (11・25) フロアボール 18時半～21時 (4・11・18・25)	剣道 9時～12時(12) バドミントン 12時～14時半(12) 卓球 14時半 ～16時45分(12) (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 (5・12・19・26) バスケット 19時45分～21時 (5・12・19・26)	(小).バドミントン 16時45分～19時 (6・13・20・27) バドミントン 19時～21時 (6・13・20・27) インディアカ (シニア) 19時～21時 (6・13・20・27)	(小)ネオホ& ミニフロアボール 15時半～19時 (7・14・21) フロアボール 19時～21時 (7・14・21)	ソフトバレー(小) 17時～19時 (1・8・15・22・29) 卓球 19時～21時 (1・8・15・22・29)		Jr.テニス 9時～11時半 (10・17・31) 剣道 11時半～13時半 (10・17・31) キッズチアダンス 13時半～16時 (3・10・17・31) バドミントン 16時～18時半 (3・10・17・31) 卓球 16時～18時半 (3・10・17・31) インディアカ 18時半～21時 (3・10・17・24・31) ネオホッケー 18時半～21時 (3・10・17・24・31)
調和小 校庭	グラウンドゴルフ 8時半～10時半 (4・11) ソフトボール 10時半～12時半(11) 8時半～12時半(25)						
プール	水中歩行 10時～12時 (4・11・18・25)	水泳 16時～18時 (5・19)	水泳 14時～16時 (活動なし)	小学生スイミング 16時～17時40分 (7・14・21・28)			
大町 体育館		インドアペタンク 13時～15時 (12・26) ボッチャ 12時～15時 (5・12・19・26)	体力アップ 9時～10時15分 (6・13・20・27) バレーボール 18時～21時 (6・13・20・27)	親子体操 15時～16時半 (7・14・21・28) Jr.テニス 16時半～18時 (7・14・21・28) インディアカ 18時～21時 (7・14・21・28)	ソフトバレー 9時半～12時 (1) ピックルボール 18時～21時 (1・8・22)		バレーボール 15時～18時 (3・10・17・24)
小運動場	テニス 9時～13時 (4・11・18) 9時～11時(25)						
大運動場			グラウンドゴルフ 9時～11時 (6・13・20・27)		グラウンドゴルフ 9時～11時 (1・8・15・22・29)		
大町 会議室 ・ 大町ふれあいの家 〇印	ゴスペル 10時～12時 (4・18) 健康太極拳 13時～15時 (4・11・18・25)	ゆったり体操 9時半～11時半 (5・12・19・26) 健康マージャン 12時半～17時 (5・19) 囲碁 13時半～16時半 (12・26) ダブルダッチ 初級 17時～18時 中級以上 18時～19時15分 (5・12・19・26) リカバリー体操 19時半 ～20時50分 (5・12・19・26)	健康マージャン 12時半～17時 (13・27) 英語であそぼう 17時15分～18時 18時15分～19時 (6・20) 英会話(大人) 19時10分 ～20時10分 (6・20)	貯筋運動 9時～10時半 (7・14・21・28) 気功 10時半～12時 (7・14・21・28) 俳句 13時～16時(㉑) フラダンス 12時半～14時半 (7・14・21・28) 書道 16時～18時 ☆(7・21) ★(14・28)	ボディーワーク 9時～10時半 (1・8・15・22) 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 (1・8・15・22) キッズホップ 16時半～17時半 (1・8・15・22) よさこい 19時～21時 (15・29)	フレッシュヨーガ 9時～10時半 (2・9・16・23) スポーツ吹矢 10時40分～12時 (2・9・16・23) 歌声広場 13時～15時 (2・16) 絵手紙 10時～12時 (⑨・㉓) ゆるストレッチ 健康ボクシング 15時～16時半 (2・9・16・23) キッズホップ 16時半～19時半 (2・9・16・23)	将棋 9時半～11時半 (③) 健康体操 9時～10時半(1部) 10時半～12時(2部) (3・10・17・24) ノルディック 10時～11時半 絵画 13時～18時 (10・24) チェアエクササイズ 13時半～15時 (3・⑩・17・㉔) よさこい 19時～21時 (10・24)

＜＜伝言板＞＞