11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 (活動なし) バスケット 9時～11時半(29) 卓球 9時～14時(8) 11時半～13時半 (29) バドミントン 14時～16時半(8) 13時半～15時半 (29) バレー(男)・ソフバ 16時～18時半(1) 15時半～18時半 (29) 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・29)	(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 (2・30) バスケット 19時45分～21時 (2・30)	(小).バドミントン 16時45分～19時 (3) バドミントン 19時～21時 (3) 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 16時半～19時 (4) フロアボール 19時～21時 (4)	(小)ソフトバレー 17時～19時 (5・26) 卓球 19時～21時 (5・26)		Jr.テニス 9時～11時半 (28) 剣道 11時半～13時 (28) キッズチアダンス 13時半～16時 (7) バドミントン 16時～18時半 (7・28) 卓球 16時～18時半 (7・28) インディアカ ネオホッケー 18時半～21時 (7・28)
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 (1・8・15・22)	水泳 16時～18時 (2・16・30)	水泳 14時～16時 (活動なし)				
大町 体育館		インドアペタンク 13時～15時(9・23) ボッチャ 12時～15時 (2・9・16・23) 小学生バスケット (16) (1年～3年)17:00～ (4年～6年)18:25～ バスケット(16) 19:45～21:00	体力アップ 9時～10時15分 (3・10・17・24) 小学生バドミントン 15時～19時(24) バレーボール 19時～21時(24) 18時～21時 (3・10・17)	親子体操 15時～16時半 (4・11・18・25) Jr.テニス(4・18・25) 16時半～18時 小ネオホ&ミニフロア 16時半～19時(11) インディアカ 19時～21時(11) 18時～21時 (4・18・25)	ソフトバレー 9時半～12時 (5・12・19・26) ピックルボール 18時～21時 (5・12・26)		バレーボール 15時～18時 (7・14・28) チアダンス 15時～18時 (21)
小運動場	テニス 9時～13時(1・8・15) 11時～13時(22) Jr.テニス 9時～11時(22)						
大運動場			グラウンドゴルフ 9時～11時 (3・10・17・24)		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 〇印	ゴスペル 10時～12時 (8・15) 健康太極拳 13時～15時 (1・8・15・22)	ゆったり体操 9時半～11時半 (2・9・16・23・30) 健康マージャン 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)	健康マージャン 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 (10・17) 英会話(大人) 19時10分 ～20時10分 (10・17)	貯筋運動 9時～10時半 (4・11・18・25) 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)	ボディーワーク 9時～10時半 (5・12・19・26) 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)	フレッシュヨーガ 9時～10時半 (6・13・20・27) 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・13・20・27) キッズホップ 16時半～19時半 (6・13・20・27)	将棋 9時半～11時半 (⑦) 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＞＞