

令和5年度 スポーツクラブ入善 事業予定表

5 月			日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
			曜日	月	火	祝	祝	祝	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	教室 毎計			
教室名	時間	場所																																				
1	やさしいヨガ	9:15 ~ 10:15	研修室 中澤由美子		○							○							○							○								○			5	
	やさしい パワーヨガ	10:15 ~ 11:15	研修室 中澤由美子		○							○							○							○									○			5
2	ズンバ	20:00 ~ 21:00	研修室 吉田真由美		中止							○							○								サブアリーナ								○			4
3	ステップエク ササイズ	14:50 ~ 15:50	メインアリーナ 吉田真由美									○							○								○									○		4
4	やさしいヨガ (夜の部)	19:30 ~ 20:30	研修室 中澤由美子									○							○							○										○		4
5	レッツ !! スポーツ	19:30 ~ 20:30	メインアリーナ 中野悦子																○																		1	
6	歌謡曲体操 & ストレッチ	9:30 ~ 10:30	研修室 吉田真由美										○							○								○									3	
7	かんたんピラ ティス	10:50 ~ 11:50	柔道場 吉田真由美										○							○							○										3	
8	ゆったりヨガ	14:00 ~ 15:00	研修室 西田史子										○							○							○										3	
9	ズンバ ゴールド	9:50 ~ 10:50	研修室 吉田真由美											○															○							3		
		10:50 ~ 11:50	研修室 吉田真由美												○															○							3	
10	ピルビス ワーク	13:00 ~ 14:00	研修室 藤森幸子										○														○									○		3
																																						0
																																						0
																																						0
																																						0
	日 計			0	2	0	0	0	0	0	0	3	2	3	3	0	0	0	3	3	3	3	0	0	0	3	2	3	3	0	0	0	0	3	2	41		