

令和6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	場所	水	木	祝	祝	祝	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	教室 毎計			
1	やさしいヨガ	9:15 ~ 10:15	研修室 中澤由美子														○							○											3			
	やさしい パワーヨガ	10:15 ~ 11:15	研修室 中澤由美子														○							○												3		
2	ズンバ	13:30 ~ 14:30	研修室 吉田真由美														○							○												3		
3	ズンバ	20:00 ~ 21:00	研修室 吉田真由美														○							○	サブアリーナ												3	
4	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	○							○							○							○											5		
5	やさしいヨガ (夜の部)	19:30 ~ 20:30	研修室 中澤由美子	○							○							○							○											5		
6	レッツ !! スポーツ	19:30 ~ 20:30	メインアリーナ 中野悦子	○														○																		2		
7	歌謡曲体操 & ストレッチ	9:30 ~ 10:30	研修室 吉田真由美		○							○							○							○										5		
8	かんたんピラ ティス	10:50 ~ 11:50	柔道場 吉田真由美		○							○							○							○										5		
9	ゆったりヨガ	14:00 ~ 15:00	研修室 西田史子		○							○							○							○										5		
10	ズンバ ゴールド	9:50 ~ 10:50	研修室 吉田真由美										○						○							○									○	4		
		10:50 ~ 11:50	研修室 吉田真由美											○						○							○									○	4	
11	ピルビス ワーク	13:00 ~ 14:00	研修室 藤森幸子										○						○							○										○	4	
12	ピラティス	9:20 ~ 10:20	研修室 川崎英俊											○						○							○										3	
																																					0	
																																						0
																																						0
	日 計			3	3	0	0	0	0	0	2	3	3	1	0	0	4	3	3	3	1	0	0	4	2	3	3	1	0	0	4	2	3	3	3	54		