

令和6年度 スポーツクラブ入善 事業予定表

6 月		日		曜日																												教室 毎計			
		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				
教室名	時間	場所	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	木	金	土	日			
1	やさしいヨガ	9:15 ~ 10:15	研修室 中澤由美子				○						○							○							○						4		
	やさしい パワーヨガ	10:15 ~ 11:15	研修室 中澤由美子				○						○								○							○					4		
2	ズンバ	13:30 ~ 14:30	研修室 吉田真由美				○						○							○							○						4		
3	ズンバ	20:00 ~ 21:00	研修室 吉田真由美				○						○							○							○						4		
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					○						○							○							○					4		
5	やさしいヨガ (夜の部)	19:30 ~ 20:30	研修室 中澤由美子					○						○							○							○					4		
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						○							○						○							○				4		
8	かんたんピラ ティス	10:50 ~ 11:50	柔道場 吉田真由美						○							○						○							○				4		
9	ゆったりヨガ	15:00 ~ 16:00	研修室 西田史子						○							○						○							○				4		
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	○							○						○						○							○			5		
																																	0		
																																		0	
	日 計			1	0	0	4	3	3	3	1	0	0	4	2	3	3	1	0	0	4	3	3	3	1	0	0	4	2	3	3	1	0	0	55