

令和8年度 スポーツクラブ入善 事業予定表

4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		
			曜日	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	月	火	祝	木		
教室名	時間	場所																																教室 毎計	
1	やさしいヨガ	9:15 ~ 10:15	柔道場 中澤由美子						○							○							○							○				4	
	やさしい パワーヨガ	10:15 ~ 11:15	柔道場 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						○							○							休							○				3	
4	ベーシックヨガ	11:00 ~ 12:00	柔道場 山本さとみ	○						○								○						○										4	
5	誰でもトレーニング	10:40 ~ 11:40	研修室 竹内美咲	○														○																2	
6	ステップエク ササイズ	13:00 ~ 14:00	研修室 吉田真由美	○						○								○						○										4	
7	かんたん ピラティス	14:10 ~ 15:10	柔道場 吉田真由美	○						○								○						○										4	
8	やさしいヨガ (夜の部)	19:30 ~ 20:30	研修室 中澤由美子	○						○								○						○										4	
9	レッツ !! スポーツ	19:30 ~ 20:30	メインアリーナ 中野悦子							○								○																2	
10	歌謡曲体操 & ストレッチ	9:30 ~ 10:30	研修室 吉田真由美		○						○							○								○								4	
11		10:30 ~ 11:30	研修室 吉田真由美		○						○								○							○								4	
12	ゆったりヨガ	14:00 ~ 15:00	研修室 西田史子		○						○							○								○								4	
13	初めてステップ	9:15 ~ 10:15	メインアリーナ 中澤由美子				○無料					休							○								○							2	
14	ピルビスワーク	13:00 ~ 14:00	研修室 藤森幸子			休						○							○								○							3	
																																		0	
日 計				5	3	0	0	0	0	4	5	3	1	0	0	0	4	6	3	2	0	0	0	3	4	3	2	0	0	0	4	0	0	0	52