

令和8年度 スポーツクラブ入善 事業予定表

7 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	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	教室 毎計			
教室名	時間	場所																																			
1	やさしいヨガ	9:15 ~ 10:15	柔道場 中澤由美子						○							○																				3	
	やさしい パワーヨガ	10:15 ~ 11:15	柔道場 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						○							○																					3
4	ベーシックヨガ	11:00 ~ 12:00	柔道場 山本さとみ	○						○							○								○												5
5	誰でもトレーニング	10:40 ~ 11:40	研修室 竹内美咲	○													○																				3
6	ステップエク ササイズ	13:00 ~ 14:00	研修室 吉田真由美	○						○							○								○												5
7	かんたん ピラティス	14:10 ~ 15:10	柔道場 吉田真由美	○						○							○								○												5
8	やさしいヨガ (夜の部)	19:30 ~ 20:30	研修室 中澤由美子	○						○							○								○												5
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		○						○							○								休								○		4	
11		10:30 ~ 11:30	研修室 吉田真由美		○							○							○							休								○		4	
12	ゆったりヨガ	15:00 ~ 16:00	研修室 西田史子		○						○							○								休								○		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			○						○							○								休								○		4
14	ピルビスワーク	13:00 ~ 14:00	研修室 藤森幸子			○						○							○								休								○		4
																																					0
	日計			6	3	2	0	0	0	4	4	3	2	0	0	0	4	6	3	2	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	4	5	3	2	57		