令和8年度　スポーツクラブ入善　事業予定表

6　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	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	月	火		
	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		○							○							○							○							○		5
	やさしいパワーヨガ	10:15 ～ 11:15	柔道場 中澤由美子		○							○							○							○							○		5
2	ズンバ	13:30 ～ 14:30	研修室 吉田真由美		○							○							○							○							○		5
3	ズンバ	20:00 ～ 21:00	研修室 吉田真由美		○							○							○							○							○		5
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	15:00 ～ 16:00	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					○							○	研修室						○							○						4
14	ピルビスワーク	13:00 ～ 14:00	研修室 藤森幸子					○							○							○							休						3
																																			0
	日　計			0	4	6	3	2	0	0	0	4	4	3	2	0	0	0	4	6	3	2	0	0	0	4	4	3	1	0	0	0	4	0	59