

令和8年度 スポーツクラブ入善 事業予定表

9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	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	祝	祝	祝	祝	木	金	土	日	月	火	水		
	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	○							○							○													○			4		
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		○														○													○		3		
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			○							○							○														3		
11		10:30 ~ 11:30	研修室 吉田真由美			○							○							○														3		
12	ゆったりヨガ	15:00 ~ 16:00	研修室 西田史子			○							○							○														3		
13	初めてステップ	9:15 ~ 10:15	メインアリーナ 中澤由美子				○							○							○													4		
14	ピルビスワーク	13:00 ~ 14:00	研修室 藤森幸子				○							○							○													4		
																																		0		
	日 計			4	6	3	2	0	0	0	4	4	3	2	0	0	0	4	6	3	2	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	4	5	0	54	