

令和8年度 スポーツクラブ入善 事業予定表

11 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	日	月	祝	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			
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										○							○														2		
	やさしい パワーヨガ	10:15 ~ 11:15	柔道場 中澤由美子										○							○														2		
2	ズンバ	13:30 ~ 14:30	研修室 吉田真由美										休							○														1		
3	ズンバ	20:00 ~ 21:00	研修室 吉田真由美										休							○														1		
4	ベーシックヨガ	11:00 ~ 12:00	柔道場 山本さとみ										○								○							○							3	
5	誰でもトレーニング	10:40 ~ 11:40	研修室 竹内美咲										○	サブアリーナ														○							2	
6	ステップエク ササイズ	13:00 ~ 14:00	研修室 吉田真由美										○	サブアリーナ						○								○							3	
7	かんたん ピラティス	14:10 ~ 15:10	研修室 吉田真由美										○	武道						○								○							3	
8	やさしいヨガ (夜の部)	19:30 ~ 20:30	研修室 中澤由美子										休							○								○							2	
9	レッツ !! スポーツ	19:30 ~ 20:30	メインアリーナ 中野悦子																		○														1	
10	歌謡曲体操 & ストレッチ	9:30 ~ 10:30	研修室 吉田真由美					○						休								○							○						3	
11		10:30 ~ 11:30	研修室 吉田真由美					○						休									○							○					3	
12	ゆったりヨガ	15:00 ~ 16:00	研修室 西田史子					○						○	武道							○							○						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						○							○							○							○					4	
14	ビルビスワーク	13:00 ~ 14:00	武道場 藤森幸子						○							○							○							○					4	
																																			0	
日 計				0	0	0	0	3	2	0	0	0	2	4	1	2	0	0	0	4	5	3	2	0	0	0	0	0	5	3	2	0	0	0	0	38