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
1	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											○							休							休							1
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	サブアリーナ 吉田真由美					○							休								○						○						3
11	歌謡曲体操＆ストレッチ	10:30 ～ 11:30	サブアリーナ 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	ピルビスワーク	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	3	3	2	0	0	0	0	36