

5/17改定

2025年度 スポーツ教室

年間予定表 (2025. 4~2026. 3)

はつらつ健康体操 水曜日

A 9:10~10:20 B 10:40~11:50

1期	4月	2日・9日・16日・23日・30日
	5月	14日・21日・28日
	6月	4日・11日・18日 予備日 6/25

2期	7月	2日・9日・16日・23日・30日
	8月	6日・20日・27日
	9月	3日・10日・17日 予備日 9/24

3期	10月	1日・8日・15日・22日・29日
	11月	5日・12日・19日・26日
	12月	3日・10日 予備日 12/17・24

4期	1月	7日・14日・21日・28日
	2月	4日・11日・18日
	3月	4日・11日・18日・25日

ご注意:5月7日・8月13日・2月11日はお休みです

ソフトテニス 水曜日

A 12:30~14:30 B 14:40~16:40

1期	4月	2日・9日・16日・23日・30日
	5月	14日・21日・28日
	6月	4日・11日・18日 予備日 6/25

2期	7月	2日・9日・16日・23日・30日
	8月	6日・20日・27日
	9月	3日・10日・17日 予備日 9/24

3期	10月	1日・8日・22日・29日
	11月	5日・12日・19日・26日
	12月	3日・10日・17日 予備日 12/24

4期	1月	7日・14日・21日・28日
	2月	4日・11日・18日・25日
	3月	4日・11日・18日 予備日 3/25

ご注意:5月7日・8月13日・10月15日はお休みです

卓球 木曜日

A 15:10~16:40 B 16:20~17:50

1期	4月	3日・10日・17日・24日
	5月	8日・15日・22日
	6月	5日・12日・19日・26日

2期	7月	3日・10日・17日・24日・31日
	8月	7日・21日・28日
	9月	4日・11日・18日 予備日 9/25

3期	10月	2日・9日・16日・23日・30日
	11月	6日・13日・20日
	12月	4日・11日・18日 予備日 12/25

4期	1月	8日・15日・22日・29日
	2月	5日・12日・19日・26日
	3月	5日・12日・19日 予備日 3/26

ご注意:5月1日・5月29日・8月14日・11月27日はお休みです

バドミントン 金曜日

A 9:00~11:00 B 11:05~13:05

1期	4月	4日・11日・18日・25日
	5月	9日・16日・23日・30日
	6月	6日・13日・20日 予備日 6/27

2期	7月	4日・11日・18日・25日
	8月	1日・8日・22日・29日
	9月	5日・12日・19日 予備日 9/26

3期	10月	3日・10日・17日・24日・31日
	11月	7日・14日・21日・28日
	12月	5日・12日 予備日 12/19・26

4期	1月	9日・16日・23日・30日
	2月	6日・13日・20日・27日
	3月	6日・13日・27日

ご注意:5月2日・8月15日・3月20日はお休みです

卓球 金曜日

A 13:20~14:50 B 14:55~16:25 C 16:35~18:05

1期	4月	4日・11日・18日・25日
	5月	9日・16日・23日・30日
	6月	6日・13日・20日 予備日 6/27

2期	7月	4日・11日・18日・25日
	8月	1日・8日・22日・29日
	9月	5日・12日・19日 予備日 9/26

3期	10月	3日・10日・17日・24日・31日
	11月	7日・14日・21日・28日
	12月	5日・12日 予備日 12/19・26

4期	1月	9日・16日・23日・30日
	2月	6日・13日・20日・27日
	3月	6日・13日・27日

ご注意:5月2日・8月15日・3月20日はお休みです

ゆっくりヨガ/ヨガ 土曜日

12:15~13:15 / 13:45~14:45

1期	4月	5日・12日・19日・26日
	5月	10日・17日・24日・31日
	6月	7日・14日・21日・28日

2期	7月	5日・12日・19日・26日
	8月	2日・9日・23日・30日
	9月	6日・13日・20日・27日

3期	10月	4日・11日・25日
	11月	1日・8日・15日・22日・29日
	12月	6日・13日・20日・27日

4期	1月	10日・17日・24日・31日
	2月	7日・14日・21日・28日
	3月	7日・14日・21日・28日

ご注意:5月3日・8月16日・10月18日はお休みです

空手 土曜日

A 15:15~16:15 B 16:30~17:30

1期	4月	5日・12日・19日・26日
	5月	10日・17日・24日・31日
	6月	7日・14日・21日・28日

2期	7月	5日・12日・19日・26日
	8月	2日・9日・23日・30日
	9月	6日・13日・20日・27日

3期	10月	4日・11日・25日
	11月	1日・8日・15日・22日・29日
	12月	6日・13日・20日・27日

4期	1月	10日・17日・24日・31日
	2月	7日・14日・21日・28日
	3月	7日・14日・21日・28日

ご注意:5月3日・8月16日・10月18日はお休みです