



花スポ 1月の日程表



日	月	火	水	木	金	土
1 年始 休み	2 年始 休み	3 年始 休み	4	5	6 10:00～ 60歳からの 健康 19:30～ 男の体幹 トレーニング	7 10:00～ 土曜ピラティス 13:30～ キッズ体育
8 事務局 お休み	9 事務局 お休み	10 19:00～ヨガ	11	12 19:00～ バランスボール	13 19:30～ ジュニア チャレンジ(体操)	14 14:00～ エアロビクス 16:00～ キッズサッカー (豊田小体育館)
15 事務局 お休み	16 19:30～ バドミントン	17	18	19	20 10:00～ 60歳からの 健康 19:30～ 男の体幹 トレーニング	21 10:00～ 土曜ピラティス 13:30～ キッズ体育
22 事務局 お休み	23 19:30～ バドミントン	24 19:00～ヨガ	25	26 19:00～ バランスボール	27 19:30～ ジュニア チャレンジ(体操)	28 14:00～ エアロビクス 16:00～ キッズサッカー (豊田小体育館)
29 事務局 お休み	30	31				



長井花のまちスポーツクラブ事務局

〒993-0041 山形県長井市九野本1235-1

長井市置賜生涯学習プラザ内

TEL 0238-87-0187 FAX 0238-87-0178

MAIL hanaspo@e.jan.ne.jp

HP <http://www.nagai-hanaspo.jp>

