

9月日程表

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
27	28	29	30	31	1	2
事務局休				14:00 ピラティス		10:00 ピラティス 13:30 キッズ体育
		19:00 ヨガ		18:30 かけっこ 19:00 バランスボール		
3	4	5	6	7	8	9
事務局休				14:00 ピラティス	10:00 60歳からの健康	
		19:00 ヨガ		18:30 かけっこ 19:00 バランスボール 19:00 ジュニアチャレンジ	19:30 ストレッチボール & コアトレーニング	14:00 エアロビクス 16:00 キッズサッカー
10	11	12	13	14	15	16
事務局休				14:00 ピラティス	13:30 障がい者スポーツ	10:00 ピラティス 13:30 キッズ体育
	19:30 バドミントン	19:00 ヨガ		19:00 バランスボール		
17	18 敬老の日	19	20	21	22	23 秋分の日
事務局休	事務局休		ハイキング			事務局休
		19:00 ヨガ		14:00 ピラティス 19:00 バランスボール	19:30 ストレッチボール & コアトレーニング	
24	25	26	27	28	29	30
ワンデー フェスタ 10:00~15:00			トレッキング		10:00 60歳からの健康	10:00 ピラティス 14:00 エアロビクス 16:00 キッズサッカー
	19:30 バドミントン	19:00 ヨガ		14:00 ピラティス 19:00 バランスボール 19:00 ジュニアチャレンジ		



花スポワンデーフェスタ 9/24日

10:00~15:00

スポーツ体験コーナー

- ・ピラティス
- ・バランスボール **無料**
- ・ヨガ
- ・ストレッチポール
- 骨盤エクササイズ
- ・エアロビクス

ちょっと気になった教室はありませんか？この機会に体験してみましょう♪

オープンアリーナ

- ・バドミントン
- ・スポレック
- ・ニュースポーツ
- ・輪投げ

無料

プールコーナー

無料開放!!

AM10:00~11:50
PM13:00~14:50

無料

血管年齢測定コーナー

体力測定コーナー

けん玉コーナー

バルーンアート

フードコーナー

参加者募集中!

小学生対象
ドッチビー大会
(13:00~15:00)

上位3チームには賞品
があるよ♪
先着6チームまで
締切9/20(水)

スタンプラリー

各種体験コーナーで、スタンプ3つ集めて
プレゼントGET! (先着100名様)

