



3月の日程表



日	月	火	水	木	金	土
1	2 新年度 入会受付開始	3	4 10:00 足腰（致芳） 14:00 足腰（平野）	5 14:00 ピラティス	6 10:00 60歳健康	7 14:00 土曜ヨガ
8	9 19:00 キッズダンス 19:30 バドミントン	10 19:00 運動遊び 19:00 火曜ヨガ	11 10:00 足腰（致芳） 14:00 足腰（平野）	12 9:45 ウォーキング 14:00 ピラティス	13 10:00 60歳健康 14:00 リズム体操 19:00 体幹トレーニング 19:00 体操サークル	14 10:00 ピラティス 14:00 エアロビクス
15	16 19:30 バドミントン	17 19:00 運動遊び 19:00 火曜ヨガ	18 10:00 足腰（致芳） 14:00 足腰（平野）	19 14:00 ピラティス	20 春分の日	21 14:00 土曜ヨガ
22	23 19:00 キッズダンス 19:30 バドミントン	24 10:00 モルック 19:00 火曜ヨガ	25 10:00 足腰（致芳） 14:00 足腰（平野）	26 9:45 ウォーキング 14:00 ピラティス	27 10:00 60歳健康 14:00 リズム体操 19:00 体幹トレーニング	28 10:00 ピラティス 14:00 エアロビクス
29	30 19:30 バドミントン	31	3月のウォーキング教室は プラザ集合です。			

1年間ありがとうございました！

会員の皆さまのおかげで無事に今年度を終えることができそうです。
本当にありがとうございました。来年度も皆様に楽しく教室に参加していただけるよう、事務局一同頑張ります！

令和8年度入会受付は3/2（月）から始まります。曜日が変更になる教室もありますので、お申し込みの際はご確認ください。
是非ご家族やお友達をお誘いの上、ご入会ください。

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>

