9月の日程表

2025 September
花スポ
Nagai Hananomachi Sports Club

日	月	火	水	木	金	土
	1 19：30 バドミントン	2 19：00 運動遊び 19：00 火曜ヨガ	3 10：00 軽っこ（致） 14：00 軽っこ（平）	4 14：00 ピラティス	5 10：00 60歳健康 19：00 体幹トレ	6 14：00 土曜ヨガ
7	8 19：00 キッズダンス 19：30 バドミントン	9 14：00 運動不足 19：00 火曜ヨガ	10 10:00 軽っこ（致） 14:00 軽っこ（平）	11 9：45 ウオーキング 14：00 ピラティス	12 10：00 60歳健康 14：00 リズム体操 19：00 体操	13 10：00 ピラティス 14：00 エアロ
14	15 敬老の日 19：30 バドミントン	16 19：00 運動遊び 19：00 火曜ヨガ	17 10:00 軽っこ（致） 14:00 軽っこ（平）	18 14:00 ピラティス	19 10：00 60歳健康 13：30 障がい者スポーツ 19：00 体幹トレ	20 14：00 土曜ヨガ
21	22 19：00 キッズダンス	23 秋分の日 花スポ ワンデーフェスタ	24 10:00 軽っこ（致） 14:00 軽っこ（平）	25 9:45 ウオーキング 14:00 ピラティス	26 10:00 60歳健康 14:00 リズム体操 19：00 体操	27 10：00 ピラティス 14：00 エアロ
28	29 19：30 バドミントン	30 10：00 モルック 19：00 火曜ヨガ				

お知らせ

9/11（木）木曜ピラティス…大研修室
9/12（金）６０歳からの健康教室
…大研修室
9/12（金）リズム体操教室…大研修室
ウォーキング教室はふらり集合です。

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

9/23（祝） 花スポ ワンデーフェスタ

10:00～15:00
長井市置賜生涯学習プラザ

- ✿無料体験教室（スタンプラリー）
- ✿ニュースポーツ体験（土曜らんど同時開催）
- ✿プール無料開放（大人のスクール体験）
- ✿キッチンカーもやって来る♪
- ✿謎解きウォークラリー＆工作教室

お友達を誘って是非お越しください♪