

令和5年度 11月 スポーツクラブみらい 教室開催スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3(文化の日)	4	5
		・ヨガ教室	・けんこう吹き矢教室 (13:00～16:00) (19:00～21:00)		・バドミントン教室 ・卓球教室 ・バレーボール教室	・走り方教室 (14:00～15:00)
6	7	8	9	10	11	12
・ウォーキング教室 (小絹さくら公園駐車場)		・ヨガ教室 ・バスケットボール教室 (旧十和小学校 体育館)	・けんこう吹き矢教室 (13:00～16:00) (19:00～21:00) ・バスケットボール教室 (旧十和小学校 体育館)	・スクエアステップ教室 ・武術太極拳教室	・バドミントン教室 ・卓球教室 ・バレーボール教室	・走り方教室 (14:00～15:00)
13	14	15	16	17	18	19
・ウォーキング教室 (小絹さくら公園駐車場)		・ヨガ教室 ・バスケットボール教室 (旧十和小学校 体育館)	・けんこう吹き矢教室 (13:00～16:00) (19:00～21:00) ・バスケットボール教室 (旧十和小学校 体育館)	・スクエアステップ教室 ・武術太極拳教室	・バドミントン教室 ・卓球教室 ・バレーボール教室	・走り方教室 (14:00～15:00)
20	21	22	23(勤労感謝の日)	24	25	26
・ウォーキング教室 (小絹さくら公園駐車場)		・ヨガ教室 ・バスケットボール教室 (旧十和小学校 体育館)		・スクエアステップ教室 ・武術太極拳教室	・バドミントン教室 ・卓球教室 ・バレーボール教室	・走り方教室 (14:00～15:00) ・ボクシング教室 (17:00～19:00)
27	28	29	30			
・ウォーキング教室 (小絹さくら公園駐車場)		・ヨガ教室 ・バスケットボール教室 (旧十和小学校 体育館)	・けんこう吹き矢教室 (13:00～16:00) (19:00～21:00) ・バスケットボール教室 (旧十和小学校 体育館)			