



スクール事業 5月/6月スケジュール

※ウォーキングジョギング教室はWJ教室と記載しています

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
祝日		足技塾 16時～18時 スポーツの社		祝日	体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	祝日
5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日
祝日		ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾 16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 市民体育館	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	
5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日
	ヨガ 10時～12時 アースメイト WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	太極拳9時～11時 生涯学習プラザ ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 市民体育館		体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	
5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日
	ヨガ 10時～12時 アースメイト WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾 16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 生涯学習プラザ	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	
5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日	6月1日	6月2日
	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	太極拳9時～11時 生涯学習プラザ ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 生涯学習プラザ	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	
6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日
	ヨガ 10時～12時 アースメイト WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	太極拳9時～11時 生涯学習プラザ ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 市民体育館	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	
6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日
	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾 16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 市民体育館		体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	
6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日
	ヨガ 10時～12時 アースメイト WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	太極拳9時～11時 生涯学習プラザ ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 生涯学習プラザ	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	体幹トレ教室 19時～20時30分 大和田中体育館	
6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日
	WJ教室 10時～11時30分 市民体育館	ヨガ 13時～15時 アースメイト 足技塾 16時～18時 スポーツの社	太極拳 9時～11時 生涯学習プラザ			

ヨガ・太極拳ともに90分間のプログラムです
体幹トレーニング教室は第5土曜は休みです