

7月のプログラム中止日

一般公開

14(日) ・ 弓道 9:00～15:20
【15:40～18:40 は実施 ※15:40～初心者優先】

15(月・祝) 祝日プログラムに変更
・ こども剣道 ・ 柔道

教室

15(月・祝) ・ 朝のピラティス 月曜
・ リフレッシュヨーガ 月曜
・ ヨーガで健康ライフ
・ らくらくヨーガ
・ 親子体操
・ スポーツピラティス 月曜
・ フットサル