

9月のプログラム中止日

一般公開

14(日) ・ 弓道

15(月・祝) 祝日プログラムに変更
・ こども剣道 ・ 柔道
・ バレーボール

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

23(火・祝) 祝日プログラムに変更
・ 弓道
・ ソフトテニス ・ 卓球
・ シニアストレッチ健康体操
・ 空手道

教室

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