

7月のプログラム中止日

一般公開

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

21(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

28(月) ・ バレーボール

教室

21(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
・ 親子体操
・ 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

25(金) ・ リフレッシュヨーガ 金曜
・ スローエアロビクスダンス
・ エアロビクスダンス

28(月) ・ フットサル
・ らくらくヨーガ 月曜