

11月のプログラム中止日

一般公開

2(日) ・ 剣道 ・ 初心者剣道 ・ 居合道 ・ 杖道

3(月・祝) 祝日プログラムに変更

- ・ バレーボール
- ・ こども剣道 ・ 柔道

9(日) ・ 弓道 9:00～15:20

【15:40～18:40 は実施 ※初心者優先】

16(日) ・ 弓道 9:00～12:00

【12:20～18:40 は実施 ※初心者優先】

18(火) ・ ソフトテニス

24(月・祝) 祝日プログラムに変更

- ・ バレーボール
- ・ こども剣道 ・ 柔道

30(日) ・ エアライフル
・ ビームライフル ・ ビームピストル

教室

3(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
・ 親子体操

7(金) ・ らくらくヨーガ金曜

21(金) ・ リフレッシュヨーガ 金曜

24(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
・ 親子体操