

5月のプログラム中止日

一般公開

- 4(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
- 5(火・祝) **祝日プログラムに変更**
・ソフトテニス ・卓球
・シニアストレッチ健康体操
・空手道
- 6(水・祝) **祝日プログラムに変更**
・弓道 9:00～12:00【12:20～18:40 は実施】
・エアライフル
・ビームライフル ・ビームピストル
・さわやかリズム健康体操
・バドミントン ・親子リズム体操
・なぎなた ・女性剣道 ・こども剣道
- 10(日) ・弓道 9:00～15:20
【15:40～18:40 は実施 ※初心者優先】
- 17(日) ・エアライフル
・ビームライフル ・ビームピストル

教室

- 1(金)
↓
6(水・祝) **・教室はお休みです。**
- 18(月) ・リフレッシュヨーガ 月曜
・ヨーガで健康ライフ
- 22(金) ・リフレッシュヨーガ 金曜

一般公開『弓道』にご参加の皆様

※弓道教室開催のため下記時間は中止となります。

- 17(日) 午前 9:00～12:00
23(土) 夜間 19:00～21:30
24(日) 午前 9:00～12:00
30(土) 夜間 19:00～21:30
31(日) 午前 9:00～12:00