



令和8度

スポーツプラスおおはる 活動カレンダー（8月）

日	月	火	水	木	金	土
スポーツプラスおおはる 052-217-6211 FAX 052-217-6921 月・木 9:00～17:00 日・火・金 9:00～12:00 休み 土・スポーツセンター休館日（水・祝日の翌日・年末年始）						1
						休み
2	3	4	5	6	7	8
講座なし日 ナイトエクササイズ受付	からだスツキリ バレトン 9:30 ～ 10:30 サブアリーナ リラックスヨガ 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ スポーツウエルネス吹矢 14:00 ～ 15:00 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ～ 19:30 サブアリーナ	ウエルネスエクササイズ① 9:30 ～ 10:30 サブアリーナ ウエルネスエクササイズ② 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ	休み	ゆっくりやさしいヨガ 9:30 ～ 10:30 武道場兼軽運動室 バラエティエクササイズ 10:45 ～ 11:45 武道場兼軽運動室 ○短期 運動能力アップ教室① 13:00～14:00 サブアリーナ ○短期 運動能力アップ教室② 14:15～15:15 サブアリーナ ムーンライトヨガ 19:00 ～ 20:00 スタジオ	モーニングエクササイズ 9:15 ～ 10:15 サブアリーナ ちびっこ体操コアラ 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ	休み
9	10	11 山の日	12	13	14	15
臨時の休み	臨時の休み	臨時の休み	休み	臨時の休み	臨時の休み	休み
16	17	18	19	20	21	22
臨時の休み	からだスツキリ バレトン 9:30 ～ 10:30 サブアリーナ リラックスヨガ 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ スポーツウエルネス吹矢 14:00 ～ 15:00 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ～ 19:30 サブアリーナ	ウエルネスエクササイズ① 9:30 ～ 10:30 サブアリーナ ウエルネスエクササイズ② 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ	休み	ゆっくりやさしいヨガ 9:30 ～ 10:30 武道場兼軽運動室 バラエティエクササイズ 10:45 ～ 11:45 武道場兼軽運動室 ○短期 運動能力アップ教室① 13:00～14:00 サブアリーナ ○短期 運動能力アップ教室② 14:15～15:15 サブアリーナ ムーンライトヨガ 19:00 ～ 20:00 スタジオ	モーニングエクササイズ 9:15 ～ 10:15 サブアリーナ ちびっこ体操コアラ 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ	休み
23	24	25	26	27	28	29
講座なし日	からだスツキリ バレトン 9:30 ～ 10:30 サブアリーナ リラックスヨガ 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ～ 19:30 サブアリーナ	ウエルネスエクササイズ① 9:30 ～ 10:30 サブアリーナ ウエルネスエクササイズ② 10:45 ～ 11:45 サブアリーナ	休み	アロハ!フラダンス① 9:30 ～ 10:30 武道場兼軽運動室 アロハ!フラダンス② 10:45 ～ 11:45 武道場兼軽運動室 ○短期 運動能力アップ教室① 13:00～14:00 サブアリーナ ○短期 運動能力アップ教室② 14:15～15:15 サブアリーナ	接骨院お勧め体操 9:30 ～ 10:30 サブアリーナ	休み
30	31					
講座なし日	講座なし日					