



# とよとみスポーツCLUBカレンダー 平成30年5月



日	月	火	水	木	金	土
		1 14時～ 元気体操（中）	2 19時～ リラックスヨガ	3	4	5
<b>【参加者の皆様へ】</b> 必ず水分補給用の飲み物をお持ち下さい。				<b>【ナイトウォーキングに参加される皆様へ】</b> 悪天候の際は室内運動に変更する場合があります。その際は上靴を使用しますので、お持ち下さい。		
6	7	8 14時～ 元気体操（門）	9 19時～ リラックスヨガ	10	11 10時～ 元気ボールクラブ <b>要予約！</b>	12
13	14 10時～ レディースヨガ 19時～ ナイトウォーキング	15 14時～ 元気体操（中）	16 19時～ バランスボール <b>要予約！</b>	17	18	19
20	21	22 14時～ 元気体操（石）	23 19時～ リラックスヨガ	24	25	26
27	28 10時～ レディースヨガ 19時～ ナイトウォーキング	29 14時～ 元気体操（中）	30 19時～ リズムボクシング <b>5倍ポイントデー！</b>	31	<b>【バランスボール、元気ボールクラブに参加される皆様へ】</b> 持ち物：上靴、飲み物、お持ちの方は…ヨガマット、バランスボール ボール貸出希望の方は、水曜夜500円、金曜朝300円かかります 予約先：保健センター（☎82-3761） 予約締切日…クラスの3日前	

発行：豊富町役場保健推進課  
 豊富町教育委員会  
 豊富町子育て支援センター  
 豊富町スポーツ推進委員会

★お問い合わせ先、詳細については裏面をご覧ください



