



とよとみスポーツCLUBカレンダー 平成30年11月



日	月	火	水	木	金	土
<p>【 ナイトウォーキングに参加される皆様へ 】 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。</p>				1	2	3
4	5 10時～ レディースヨガ	6 14時～ 元気体操（中）	7 19時～ リズムボクシング	8	9 10時～ 元気ボールクラブ 5倍ポイントデー！	10 要予約！
11	12 19時～ フロアカーリング	13 14時～ 元気体操（門）	14 19時～ ヨガ	15	16	17 【 参加者の皆様へ 】 必ず水分補給用の飲み物をお持ち下さい。
18	19	20 14時～ 元気体操（中）	21 19時～ ヨガ	22	23	24
25	26 10時～ レディースヨガ 5倍ポイントデー！ 19時～ フロアカーリング	27 14時～ 元気体操（石）	28 要予約！ 19時～ バランスボール	<p>【 バランスボール、元気ボールクラブに参加される皆様へ 】 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）</p>		

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

