

とよとみ スポーツCLUB 開催日一覧

平成31年
4月～6月分

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ●元気体操(中)	3 ●リラックスヨガ	4	5	6
7	8 ●レディースヨガ ●フロアカーリング	9 ●元気体操(石)	10 (石、河) ●バランスボール	11 要予約!	12 ●元気ボールクラブ (石、中)	13 要予約!
14	15 ●レディースヨガ	16 ●元気体操(中)	17 ●リラックスヨガ	18	19	20
21	22 ◎フロアカーリング	23 ●元気体操(門)	24 ●リズムボクシング	25	26	27
28	29	30				

5月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
		ゴールデンウィークのため、クラスお休み				
5	6	7 ●元気体操(中)	8 (中、河) ●バランスボール	9 要予約!	10 ●元気ボールクラブ (石、河)	11 ◇陸上教室
12	13 ●レディースヨガ ●フロアカーリング	14 ●元気体操(中)	15 ●リラックスヨガ	16	17 要予約!	18
19	20 ●レディースヨガ ●ナイトウォーキング	21 ●元気体操(門)	22 ●リラックスヨガ	23	24	25
26	27	28 ●元気体操(石)	29 ◎リズムボクシング	30	31	

6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4 ●元気体操(中)	5 ●リラックスヨガ	6	7	8
9	10 ●レディースヨガ ●フロアカーリング	11 ●元気体操(石)	12 (中、石) ●バランスボール	13 要予約!	14	15
16	17	18 ●元気体操(中)	19 ◎リラックスヨガ	20	21 ●元気ボールクラブ (中、河)	22 要予約!
23	24 ●レディースヨガ 30 ●ナイトウォーキング	25 ●元気体操(門)	26 ●リズムボクシング	27	28	29

●は通常クラス、◎は5倍ポイントデー、◇は特別クラスです。特別クラスの詳細は別途回覧をご覧ください。
バランスボール、元気ボールクラブのご予約は保健センター(☎82-3761)へご連絡ください。