

# とよとみ スポーツCLUB 開催日一覧

令和元年  
7月～9月分

## 7月

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

## 8月

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

## 9月

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

●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。