

1月スポーツ教室カレンダー

日	月	火	水	木	金 1	土 2
						
3 休館日	4 水中運動 14:00 15:00	5 レクリエーション スポーツ 13:00 14:30	6 休館日	7 	8 リフレッシュ健康体操 13:00 14:00	9 新春もちつき 12:00～ 都障水連による 水泳教室 17:00 20:20
10 みんなで卓球 12:00 14:00 みんなでバドミントン 18:30 20:30	11 あそびのひろば 12:00 13:00 初心者水泳教室 13:00 15:00 リズム体操のひろば 13:00 14:00	12 休館日	13 休館日	14 	15 リフレッシュ健康体操 13:00 14:00	16 卓球教室 18:30 20:30
17 日曜広場 13:00 15:00 みんなでバドミントン 18:30 20:30	18 水中運動 14:00 15:00	19 レクリエーション スポーツ 13:00 14:30	20 休館日	21 	22 リフレッシュ健康体操 13:00 14:00	23 あそびのひろば 12:00 13:00
24 トランポリン 14:30 16:00 みんなでバドミントン 18:30 20:30	25 中上級者水泳教室 13:00 15:00	26 健康クラブ 13:00 14:30	27 休館日	28 	29 リフレッシュ健康体操 13:00 14:00	30 
31 レッツ!車いすバスケ (拡大版) 9:00 15:00 水泳ワンポイントレッスン 13:00 15:00 みんなでバドミントン 18:30 20:30	<p>新年明けまして おめでとうございます。 2010年もよろしく お願いいたします。</p> 					

これらの教室は事前申し込みの必要がなく、利用証の提出だけでどなたでも参加できます。
参加ご希望の方は当日直接会場までお越しのうえ、お気軽にご参加ください。