

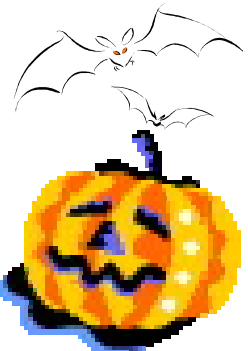
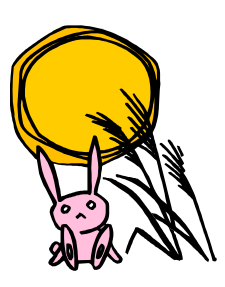




10月スポーツ教室カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						
					1 レクリエーション スポーツ 13:00 14:30	2 
3 	4 グラウンドゴルフのひろば 14:00 16:00 (雨天時13-15) 卓球教室 18:30 20:30	5 リフレッシュ健康体操 13:00 14:00	6 休館日	7 水中運動 14:00 15:00	8 レクリエーション スポーツ 13:00 14:30 バランスボール 14:30 15:30	9 都障水連による 水泳教室 (入門:知) 12:00 13:00 (その他) 18:00 20:20 あそびのひろば 12:00 13:00
10 リズム体操のひろば 13:00 14:00	11 あそびのひろば 12:00 13:00 卓球教室 18:30 20:30	12 休館日	13 休館日	14 初心者水泳教室 13:00 15:00	15 レクリエーション スポーツ 13:00 14:30	16 あそびのひろば 12:00 13:00 重度障害者の プールのひろば 12:00 13:00 テーパールのひろば 14:00 16:00 (雨天時13-15)
17 日曜広場 13:00 15:00	18 グラウンドゴルフのひろば 14:00 16:00 (雨天時13-15) 卓球教室 18:30 20:30	19 リフレッシュ健康体操 13:00 14:00	20 休館日	21 水中運動 14:00 15:00	22 レクリエーション スポーツ 13:00 14:30 バランスボール 14:30 15:30	23 あそびのひろば 12:00 13:00 水泳ワンポイントレッスン 13:00 15:00
24 レッツ車いすバスケ 9:00 12:00 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 介護予防体操クラブ 12:00 13:00 卓球教室 18:30 20:30	26 リフレッシュ健康体操 13:00 14:00	27 休館日	28 中上級者水泳教室 13:00 15:00	29 健康クラブ 13:00 14:30	30 障害者スポーツ体験 12:00 15:00
31 	10月1日(金)より本館空調設備改修工事を行います。 工事期間中は、ご利用できない施設もございます。工事場所及び日程につきましては、館内ポスター、チラシをご覧ください。 工事期間中、皆さまには大変ご迷惑をおかけ致しますがご理解・ご協力をお願いいたします。					

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。
(対象者が限られているものもございます。詳しくは、事業のご案内でご確認ください。)