

令和6年度 2期 スポ振ぶらんちクラブ開催日程予定表

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

10月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

11月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

県営武道館 大道場 019-641-4577	10:00~10:50 体幹トレーニング	11:00~11:50 エアロビック
県営体育館 019-647-1010	太極拳	ステップエクササイズ
県営武道館 柔道場 019-641-4577	ボディシェイプエクササイズ	ヨガ
県営運動公園 019-641-1128	10:00~11:30 ノルディックウォーキング	