

## 令和8年度 1期 スポ振ぶんちクラブ開催日程予定表

5月

		<small>体幹 エアロビ</small>		<small>太極拳 ステップ</small>	<small>ボディメイク ヨガ</small>	
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						

6月

		<small>体幹 エアロビ</small>		<small>太極拳 ステップ</small>	<small>ボディメイク ヨガ</small>	
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				

7月

		<small>体幹 エアロビ</small>		<small>太極拳 ステップ</small>	<small>ボディメイク ヨガ</small>	
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	

	10:00~10:50	11:00~11:50
県営武道館 大道場 019-641-4577	体幹トレーニング	エアロビック
県営体育館 019-641-4577	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
	10:00~11:30	
県営運動公園 019-641-1128	ノルディックウォーキング	