

# 令和4年度 楽らクラブ 実施予定表

## 10月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	<del>3</del>	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	<del>7</del>	8	9♪☆	10	11△	12
13	14◇	15	16♪☆	17	18△	19
20	21※	22	23	24	25	26
27	28◇	29	30♪☆			

※11/21のいきいき体操はイベント開催予定です。詳細は後日お知らせいたします。  
お楽しみに！

## 12月

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

印	教室名	曜日	時間	場所	
◇	いきいき体操(月)	月	10:00~11:00	第一体育室	
◇	太極拳	月	10:00~11:00	第二体育室	
♪	いきいき体操(水)	水	10:00~11:00	第一体育室	
♪	すっきりヨーガ	水	10:00~11:10	第二・三体育室	
☆	汗かきエアロ	水	19:30~20:30	第二体育室	
△	いきいき体操(金)	金	10:00~11:00	第一体育室	
△	ゆったいヨーガ	金	14:10~15:20	第三体育室	
<del>◇</del>	総合体育館休館日	※毎月第1月曜日(祝日の場合は翌日)および年末年始(12/28~1/4)休館			