

令和4年度 楽らクラブ 実施予定表

4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

5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				

6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		

※6/29のすっきりヨガ教室(♪)は、第3体育室のみの開催となります。
定員が32名となるため、当日朝9時より整理券をお配りします。

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
△	ゆったいヨガ	金	14:10~15:20	第三体育室
	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		