

# 平成25年10月 南総健康プログラムカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00  フットサル 19:00~20:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00  からだ元気塾 14:00~15:00	太極拳 14:30~16:00 球技の達人塾 17:00~18:00 ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室) 9:30~11:00 テニス Jr 13:00~14:30 (外) テニス成人 14:30~16:00 (外)
6	7	8	9	10	11	12
	休館日	ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00  フットサル 19:00~20:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00  からだ元気塾 14:00~15:00	太極拳 14:30~16:00 球技の達人塾 17:00~18:00 ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室) 9:30~11:00 テニス Jr 13:00~14:30 (外) テニス成人 14:30~16:00 (外)
13	14	15	16	17	18	19
		休館日	健康レクスポ 13:00~16:00  フットサルお休み	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00  からだ元気塾 14:00~15:00	太極拳 14:30~16:00 球技の達人塾 17:00~18:00 ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 テニス Jr 13:00~14:30 (外) テニス成人 14:30~16:00 (外)
20	21	22	23	24	25	26
フットサル 18:00~19:00	休館日	ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00  フットサル 19:00~20:00	ヨガ (リハーサル室) 9:30~11:00  からだ元気塾 14:00~15:00	太極拳 14:30~16:00 球技の達人塾 17:00~18:00 ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室) 9:30~11:00 テニス Jr 13:00~14:30 (外) テニス成人 14:30~16:00 (外)
27	28	29	30	31		
フットサル 18:00~19:00	休館日	ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00  フットサル 19:00~20:00	ヨガお休み  からだ元気塾 14:00~15:00		