

平成28年8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	6
	休館日	ヨガ (多目的室) 18:30~20:00	レクスポ お休み	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 からだ元気塾 14:00~15:00	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
7	8	9	10	11	12	13
	休館日	ヨガ (多目的室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 からだ元気塾 14:00~15:00	球技の達人塾 17:00~18:00 ヨガ お休み	ヨガ お休み
14	15	16	17	18	19	20
	休館日	ヨガ (多目的室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 からだ元気塾 14:00~15:00	球技の達人塾 17:00~18:00 ヨガ (多目的室) 18:30~20:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00
21	22	23	24	25	26	27
	休館日	ヨガ (リハーサル室) 18:30~20:00	健康レクスポ 9:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 からだ元気塾 14:00~15:00	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
28	29	30	31			
	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			