# 2023年5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）<br>18:30～20:00 | 健康レクスポ<br>13:00～16:00 | ヨガ（多目的室）<br>9:30～11:00<br>いきいき健康教室<br>14:00～15:00 | ヨガ（多目的室）<br>18:30～20:00 | ヨガ（多目的室）<br>9:30～11:00 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | 休館日 | テニス教室<br>10:00～12:00<br>ヨガ（リハーサル室東）<br>18:30～20:00 | 健康レクスポ<br>13:00～16:00 | ヨガ（多目的室）<br>9:30～11:00<br>いきいき健康教室<br>14:00～15:00 | テニス教室<br>10:00～12:00<br>ヨガ（多目的室）<br>18:30～20:00 | ヨガ（多目的室）<br>9:30～11:00 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | 休館日 | テニス教室<br>10:00～12:00<br>ヨガ　お休み | 健康レクスポ<br>13:00～16:00 | ヨガ（多目的室）<br>9:30～11:00<br>いきいき健康教室<br>14:00～15:00 | テニス教室<br>10:00～12:00<br>ヨガ（多目的室）<br>18:30～20:00 | ヨガ（多目的室）<br>9:30～11:00 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| | 休館日 | テニス教室<br>10:00～12:00<br>ヨガ（リハーサル室東）<br>18:30～20:00 | 健康レクスポ<br>13:00～16:00 | ヨガ（リハーサル室東）<br>9:30～11:00<br>いきいき健康教室<br>14:00～15:00 | テニス教室<br>10:00～12:00<br>ヨガ（リハーサル室東）<br>18:30～20:00 | ヨガ（多目的室）<br>9:30～11:00 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| | 休館日 | テニス教室<br>10:00～12:00<br>ヨガ（多目的室）<br>18:30～20:00 | 健康レクスポ<br>9:00～16:00 | | | |


南総健康プログラム

〒754-0892　山口市名田島1218-1
TEL　083-972-8333（山口南総合センター）