

2023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	6	7
	休館日	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 いきいき健康教室 14:00~15:00	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
8	9	10	11	12	13	14
		休館日	テニス教室 10:00~12:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00 いきいき健康教室 14:00~15:00	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
15	16	17	18	19	20	21
	休館日	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	健康レクスポ 9:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 いきいき健康教室 14:00~15:00	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
22	23	24	25	26	27	28
	休館日	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 いきいき健康教室 14:00~15:00	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
29	30	31	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内)			
	休館日	テニス教室 10:00~12:00 ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00				