

# 2020年12月 スポーツ広場

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
11/30	1	2	3	4	5	6
	休館日	基礎スポーツ 13:30~15:00				
		応用スポーツ① 17:00~18:30	ヨガ 18:00~19:00	ダンス・リズム 17:00~18:00		
				ダンス・振付 18:00~19:00		
7	8	9	10	11	12	13
	休館日				フライングディスク 10:00~12:00	
ストレッチ 14:00~15:00					応用スポーツ① 13:30~15:00	
キッズスポーツ 16:00~17:00					卓球 15:00~17:00	
ヨガ 18:00~19:00					スポーツチャンバラ 18:00~19:30	
14	15	16	17	18	19	20
	休館日	基礎スポーツ 13:30~15:00				
					卓球 15:00~17:00	卓球バレー 14:00~15:30
			ヨガ 18:00~19:00	ダンス・リズム 17:00~18:00		
				ダンス・振付 18:00~19:00		
21	22	23	24	25	26	27
	休館日					ふうせんバレーボール 10:00~12:00
ストレッチ 14:00~15:00						
キッズスポーツ 16:00~17:00						
ヨガ 18:00~19:00			車いすバスケットボール 18:00~19:30			
28	29	30	31	1/1	1/2	1/3
	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日

9:30  
10:00  
10:30  
11:00  
11:30  
12:00  
12:30  
13:00  
13:30  
14:00  
14:30  
15:00  
15:30  
16:00  
16:30  
17:00  
17:30  
18:00  
18:30  
19:00  
19:30  
20:00

9:30  
10:00  
10:30  
11:00  
11:30  
12:00  
12:30  
13:00  
13:30  
14:00  
14:30  
15:00  
15:30  
16:00  
16:30  
17:00  
17:30  
18:00  
18:30  
19:00  
19:30  
20:00

9:30  
10:00  
10:30  
11:00  
11:30  
12:00  
12:30  
13:00  
13:30  
14:00  
14:30  
15:00  
15:30  
16:00  
16:30  
17:00  
17:30  
18:00  
18:30  
19:00  
19:30  
20:00

9:30  
10:00  
10:30  
11:00  
11:30  
12:00  
12:30  
13:00  
13:30  
14:00  
14:30  
15:00  
15:30  
16:00  
16:30  
17:00  
17:30  
18:00  
18:30  
19:00  
19:30  
20:00

9:30  
10:00  
10:30  
11:00  
11:30  
12:00  
12:30  
13:00  
13:30  
14:00  
14:30  
15:00  
15:30  
16:00  
16:30  
17:00  
17:30  
18:00  
18:30  
19:00  
19:30  
20:00