

日	曜	屋内プール 一般公開	カルチャー 教室	子供体育教室		卓球
				第一会議室	第二会議室	
1	土	9:00-15:50		空手 初級 15:00-15:50 中級 16:00-16:50	上級 17:00-17:50	9:00-19:00
2	日	9:00-15:50				9:00-19:00
3	月	休館日	はじめて太極拳(月謝制) 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30 らくらくヨガ 14:00-15:00			9:00-17:00
4	火	9:00-15:50	エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30	バック トロ 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生以上 18:50-19:50	9:00-19:00
5	水	9:00-15:50	ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30	ダンス 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	ミット 2歳・未就園児1部 9:30-10:10 1~2歳 10:20-11:00 2歳・未就園児2部 11:10-11:50 1歳6ヶ月以下12:00-12:40 13:30-19:00
6	木	9:00-15:50	大人の体操 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30			9:00-19:00
7	金	9:00-15:50 18:00-20:55	ピラティス① 9:15-10:15 ピラティス② 10:30-11:30	英会話 1~4年 17:30-18:30		9:00-19:00
8	土	9:00-15:50	フラダンス 10:00-11:30	空手 初級 15:00-15:50 中級 16:00-16:50	上級 17:00-17:50	9:00-19:00
9	日	9:00-15:50				9:00-19:00
10	月	休館日	はじめて太極拳(月謝制) 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30 らくらくヨガ 14:00-15:00			9:00-17:00
11	火	9:00-15:50	エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30	バック トロ 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生以上 18:50-19:50	9:00-19:00
12	水	9:00-15:50	ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30	ダンス 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	ミット 2歳・未就園児1部 9:30-10:10 1~2歳 10:20-11:00 2歳・未就園児2部 11:10-11:50 1歳6ヶ月以下12:00-12:40 13:30-19:00
13	木	9:00-15:50	大人の体操 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30			9:00-19:00
14	金	9:00-15:50 18:00-20:55	ピラティス① 9:15-10:15 ピラティス② 10:30-11:30	英会話 1~4年 17:30-18:30		9:00-19:00
15	土	9:00-15:50		空手 初級 15:00-15:50 中級 16:00-16:50	上級 17:00-17:50	9:00-19:00
16	日	9:00-15:50				9:00-19:00
17	月	休館日	はじめて太極拳(月謝制) 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30 らくらくヨガ 14:00-15:00			9:00-17:00
18	火	9:00-15:50	エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30	バック トロ 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生以上 18:50-19:50	9:00-19:00
19	水	9:00-15:50	ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30	ダンス 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00
20	木	9:00-15:50	大人の体操 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30			9:00-19:00
21	金	9:00-15:50 18:00-20:55	ピラティス① 9:15-10:15 ピラティス② 10:30-11:30	英会話 1~4年 17:30-18:30		9:00-19:00
22	土	9:00-15:50	フラダンス 10:00-11:30	空手 初級 15:00-15:50 中級 16:00-16:50	上級 17:00-17:50	9:00-19:00
23	日	9:00-15:50				9:00-19:00
24	月	休館日	はじめて太極拳(月謝制) 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30 らくらくヨガ 14:00-15:00			9:00-17:00
25	火	9:00-15:50	エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30	バック トロ 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生以上 18:50-19:50	9:00-19:00
26	水	9:00-15:50	ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30	ダンス 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	ミット 2歳・未就園児1部 9:30-10:10 1~2歳 10:20-11:00 2歳・未就園児2部 11:10-11:50 1歳6ヶ月以下12:00-12:40 13:30-19:00
27	木	9:00-15:50	大人の体操 9:15-10:15 ヨガ 10:30-11:30			9:00-19:00
28	金	9:00-15:50 18:00-20:55	ピラティス① 9:15-10:15 ピラティス② 10:30-11:30	英会話 1~4年 17:30-18:30		9:00-19:00
29	土	9:00-15:50				9:00-17:00
30	日	9:00-15:50				9:00-17:00

屋内一般公開: 月曜日のみ固定の休館日(祝日等で変動あり※上記カレンダー参照)

カルチャー教室: 各教室1回800円(初回無料)。毎月20日9時から次月分の予約を承ります。

※空きがありましたら、当日参加も受け付けております。

卓球ルーム: 室内履き(シューズ)が必要になります。忘れずにご持参ください。

★HPもございます。最新情報も掲載!! ★ アドレスはこちら⇒<http://www.numakage-park.com/>
お問合せ & お申し込み TEL048-861-9955