

| 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 | 火 | 9:00-15:50 | エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 2 | 水 | 9:00-15:50 | ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30 | ダンス | 幼児 15:30-16:20 1~3年 16:25-17:25 3~6年 17:30-18:30 中学生以上 18:35-19:35 | 9:00-19:00 |
| 3 | 木 | 9:00-15:50 | ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 4 | 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 ヨガ 14:00-15:00 | | | 9:00-19:00 |
| 5 | 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 |
| 6 | 日 | 9:00-15:50 | 桜の花 | | | 9:00-19:00 |
| 7 | 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 |
| 8 | 火 | 9:00-15:50 | エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 9 | 水 | 9:00-15:50 | ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30 | ダンス | 幼児 15:30-16:20 1~3年 16:25-17:25 3~6年 17:30-18:30 中学生以上 18:35-19:35 | ミット 9:30~10:10 12:00-19:00 |
| 10 | 木 | 9:00-15:50 | ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 11 | 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 ヨガ 14:00-15:00 | | | 9:00-19:00 |
| 12 | 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 |
| 13 | 日 | 9:00-15:50 | 桜の花 | | | 9:00-19:00 |
| 14 | 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 |
| 15 | 火 | 9:00-15:50 | エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 16 | 水 | 9:00-15:50 | ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30 | ダンス | 幼児 15:30-16:20 1~3年 16:25-17:25 3~6年 17:30-18:30 中学生以上 18:35-19:35 | ミット 9:30~10:10 12:00-19:00 |
| 17 | 木 | 9:00-15:50 | ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 18 | 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 ヨガ 14:00-15:00 | | | 9:00-19:00 |
| 19 | 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 |
| 20 | 日 | 9:00-15:50 | 桜の花 | | | 9:00-19:00 |
| 21 | 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 |
| 22 | 火 | 9:00-15:50 | エアロビクス 9:15-10:00 ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 23 | 水 | 9:00-15:50 | ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30 | ダンス | 幼児 15:30-16:20 1~3年 16:25-17:25 3~6年 17:30-18:30 中学生以上 18:35-19:35 | ミット 9:30~10:10 12:00-19:00 |
| 24 | 木 | 9:00-15:50 | ヨガ 10:30-11:30 | | | 9:00-19:00 |
| 25 | 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 ヨガ 14:00-15:00 | | | 9:00-19:00 |
| 26 | 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 |
| 27 | 日 | 9:00-15:50 | 桜の花 | | | 9:00-19:00 |
| 28 | 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 |
| 29 | 火 | 9:00-15:50 | | | | 9:00-17:00 |
| 30 | 水 | 振替休館日 | ヨガ① 9:15-10:15 ヨガ② 10:30-11:30 | | | ミット 9:30~10:10 12:00-19:00 |

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もごさいます。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