



2022年(令和4年) 1月教室スケジュール

月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)	日(SUN)
<p>ボルダリング個人開放日</p> <p>水曜日(13:00~17:30) 12. 19. 26</p> <p>木曜日(13:00~16:00) 6. 13. 20. 27</p> <p>土曜日(11:00~13:00) 8. 15. 22. 29</p>					1 元旦 体育館休館日	2 体育館休館日
3 体育館休館日	4	5	6	7	8	9
	<p>キッズダンス (ウエル)</p> <p>① 16:30~17:30 (リトルクラス)</p> <p>② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)</p>	<p>エンジョイフラ (柔道)</p> <p>① 14:15~15:30 (幼児体操教室)</p> <p>② 15:35~16:25 (ウエル)</p> <p>③ 16:25~17:15 (年少)</p> <p>④ 17:15~18:30 (年中~年長)</p>	<p>グラウンドゴルフ (南多摩)</p> <p>○ 9:45~12:00</p> <p>ボルダリング教室</p> <p>○ 11:00~12:00, 16:30~19:00 フロア</p> <p>テア教室 (ウエル、レク)</p> <p>① 15:40~16:30 (年少~年長)</p> <p>② 16:30~17:30 (小学1~3)</p> <p>③ 17:30~18:30 (小学4~6)</p> <p>④ 19:00~20:00 (中学生)</p>	<p>親子体操教室 (柔道)</p> <p>○ 9:30~10:30 (アイアイ)</p> <p>○ 10:40~11:40 (よちよちクラス)</p>	<p>卓球教室(中級) (レク)</p> <p>○ 9:30~11:50</p> <p>ボルダリング教室</p> <p>○ 13:30~19:00 フロア</p>	
10 成人の日	11 体育館休館日	12	13	14	15	16
		<p>ターゲットバードゴルフ (総務)</p> <p>○ 9:30~11:30</p> <p>ヨガ (柔道)</p> <p>○ 10:00~11:15</p> <p>脳活体操 (柔道)</p> <p>○ 13:00~14:00</p> <p>エンジョイフラ (柔道)</p> <p>○ 14:15~15:30 (幼児体操教室)</p> <p>① 14:45~15:35 (年少)</p> <p>② 15:35~16:25 (年中~年長)</p> <p>③ 16:25~17:15 (ウエル)</p> <p>④ 17:15~18:30 (小学1~2年)</p>	<p>グラウンドゴルフ (南多摩)</p> <p>○ 9:45~12:00</p> <p>ボルダリング教室</p> <p>○ 11:00~12:00, 16:30~19:00 フロア</p> <p>ストレッチ&リズム体操 (柔道)</p> <p>○ 14:05~15:20</p> <p>テア教室 (ウエル、レク)</p> <p>① 15:40~16:30 (年少~年長)</p> <p>② 16:30~17:30 (小学1~3)</p> <p>③ 17:30~18:30 (小学4~6)</p> <p>④ 19:00~20:00 (中学生)</p>	<p>親子体操教室 (柔道)</p> <p>○ 9:30~10:30 (アイアイ)</p> <p>○ 10:40~11:40 (よちよちクラス)</p> <p>ソフト&ピラテス (剣道)</p> <p>○ 12:45~14:00</p> <p>練功 (剣道)</p> <p>○ 14:10~15:20</p>	<p>ボルダリング教室</p> <p>○ 13:30~19:00 フロア</p> <p>太極拳教室 (レク)</p> <p>○ 16:00~17:10</p>	
17	18	19	20	21	22	23
<p>グラウンドゴルフ (南多摩)</p> <p>○ 9:45~12:00</p> <p>太極拳教室 (剣道)</p> <p>○ 10:10~11:30</p> <p>ゆる体操 (柔道)</p> <p>○ 13:45~15:00</p> <p>ズンパ教室 (ミーテ)</p> <p>○ 13:15~14:00</p>	<p>ポールコンディショニング (柔道)</p> <p>① 9:15~10:30 (初心者)</p> <p>② 10:30~11:45 (経験者)</p> <p>卓球教室(初級) (レク)</p> <p>○ 16:00~18:30</p> <p>キッズダンス (ウエル)</p> <p>① 16:30~17:30 (リトルクラス)</p> <p>② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)</p>	<p>ターゲットバードゴルフ (総務)</p> <p>○ 9:30~11:30</p> <p>ヨガ (柔道)</p> <p>○ 10:00~11:15</p> <p>エンジョイ吹矢 (柔道)</p> <p>○ 12:40~14:00</p> <p>エンジョイフラ (柔道)</p> <p>○ 14:15~15:30 (幼児体操教室)</p> <p>① 14:45~15:35 (年少)</p> <p>② 15:35~16:25 (年中~年長)</p> <p>③ 16:25~17:15 (ウエル)</p> <p>④ 17:15~18:30 (小学1~2年)</p>	<p>グラウンドゴルフ (南多摩)</p> <p>○ 9:45~12:00</p> <p>ボルダリング教室</p> <p>○ 11:00~12:00, 16:30~19:00 フロア</p> <p>ストレッチ&リズム体操 (柔道)</p> <p>○ 14:05~15:20</p> <p>テア教室 (ウエル、レク)</p> <p>① 15:40~16:30 (年少~年長)</p> <p>② 16:30~17:30 (小学1~3)</p> <p>③ 17:30~18:30 (小学4~6)</p> <p>④ 19:00~20:00 (中学生)</p>	<p>親子体操教室 (柔道)</p> <p>○ 9:30~10:30 (アイアイ)</p> <p>○ 10:40~11:40 (よちよちクラス)</p>	<p>卓球教室(中級) (レク)</p> <p>○ 9:30~11:50</p> <p>ボルダリング教室</p> <p>○ 13:30~19:00 フロア</p>	
24 体育館休館日	25	26	27	28	29	30
<p>グラウンドゴルフ (南多摩)</p> <p>○ 9:45~12:00</p> <p>31</p> <p>グラウンドゴルフ (南多摩)</p> <p>○ 9:45~12:00</p> <p>太極拳教室 (剣道)</p> <p>○ 10:10~11:30</p> <p>ゆる体操 (柔道)</p> <p>○ 13:45~15:00</p> <p>ズンパ教室 (ミーテ)</p> <p>○ 13:15~14:00</p>	<p>ポールコンディショニング (柔道)</p> <p>① 9:15~10:30 (初心者)</p> <p>② 10:30~11:45 (経験者)</p> <p>卓球教室(初級) (レク)</p> <p>○ 16:00~18:30</p> <p>キッズダンス (ウエル)</p> <p>① 16:30~17:30 (リトルクラス)</p> <p>② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)</p>	<p>ターゲットバードゴルフ (総務)</p> <p>○ 9:30~11:30</p> <p>ヨガ (柔道)</p> <p>○ 10:00~11:15</p> <p>脳活体操 (柔道)</p> <p>○ 13:00~14:00</p> <p>幼児体操教室 (ウエル)</p> <p>① 14:45~15:35 (年少)</p> <p>② 15:35~16:25 (年中~年長)</p> <p>③ 16:25~17:15 (ウエル)</p> <p>④ 17:15~18:30 (小学1~2年)</p>	<p>グラウンドゴルフ (南多摩)</p> <p>○ 9:45~12:00</p> <p>ボルダリング教室</p> <p>○ 11:00~12:00, 16:30~19:00 フロア</p> <p>ストレッチ&リズム体操 (柔道)</p> <p>○ 14:05~15:20</p> <p>テア教室 (ウエル、レク)</p> <p>① 15:40~16:30 (年少~年長)</p> <p>② 16:30~17:30 (小学1~3)</p> <p>③ 17:30~18:30 (小学4~6)</p> <p>④ 19:00~20:00 (中学生)</p>	<p>親子体操教室 (柔道)</p> <p>○ 9:30~10:30 (アイアイ)</p> <p>○ 10:40~11:40 (よちよちクラス)</p> <p>ソフト&ピラテス (剣道)</p> <p>○ 12:45~14:00</p> <p>練功 (剣道)</p> <p>○ 14:10~15:20</p>	<p>ボルダリング教室</p> <p>○ 13:30~19:00 フロア</p> <p>太極拳教室 (レク)</p> <p>○ 16:00~17:10</p>	<p>凡例</p> <p>剣道 剣道場</p> <p>柔道 柔道場</p> <p>レク レクリエーションルーム</p> <p>ウエル ウエルネスアリーナ</p> <p>ミーテ ミーティングルーム</p> <p>総務 総合グラウンド</p> <p>南多摩 南多摩スポーツ広場</p>