

2026

4月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	01	02	03	04
05	06 やさしい3B体操 (午前)	07 ヨガ昼・夜 エアロビクス 3B体操 (午前) ノルディックウォーキング	08	09 3B体操 (昼)	10 やさしい3B体操 (午後) 3B体操串良ふれあい	11 バドミントン (初・中級) ジュニアバドミントン リトルシニアバドミントン
12	13 ナイターテニス (初級)	14 ヨガ昼・夜 エアロビクス 3B体操 (午前) ナイターテニス (中級)	15	16 3B体操 (昼) バドミントン初級 (夜)	17 3B体操串良ふれあい	18 バドミントン (初・中級) ジュニアバドミントン リトルシニアバドミントン
19	20 やさしい3B体操 (午前) ナイターテニス (初級)	21 ヨガ昼・夜 エアロビクス 3B体操 (午前) ノルディックウォーキング ナイターテニス (中級)	22	23 3B体操 (昼)	24 やさしい3B体操 (午後) 3B体操串良ふれあい	25 バドミントン (初・中級) ジュニアバドミントン リトルシニアバドミントン
26	27 ナイターテニス (初級)	28 ヨガ (昼・夜) エアロビクス 3B体操 (午前) ナイターテニス (中級)	29	30 3B体操 (昼) バドミントン初級 (夜)	01	02
03	04	メモ:				

2026

5月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	01	02
03	04	05	06	07 3 B体操 (昼) バドミントン初級 (夜)	08 やさしい3 B体操 (午後) 3 B体操串良ふれあい	09
10	11 やさしい3 B体操 (午前) ナイターテニス (初級)	12 ヨガ昼・夜 エアロビクス 3 B体操 (午前) ナイターテニス (中級)	13	14 3 B体操 (昼)	15 3 B体操串良ふれあい	16 バドミントン (初・中級) ジュニアバドミントン リトルシニアバドミントン ジュニア (テニス・ソフトテニス)
17	18 ナイターテニス (初級)	19 ヨガ昼・夜 エアロビクス 3 B体操 (午前) ノルディックウォーキング ナイターテニス (中級)	20	21 3 B体操 (昼) バドミントン初級 (夜)	22 やさしい3 B体操 (午後) 3 B体操串良ふれあい	23 バドミントン (初・中級) ジュニアバドミントン リトルシニアバドミントン ジュニア (テニス・ソフトテニス)
24	25 やさしい3 B体操 (午前) ナイターテニス (初級)	26 ヨガ昼・夜 エアロビクス 3 B体操 (午前) ナイターテニス (中級)	27	28 3 B体操 (昼)	29 3 B体操串良ふれあい	30 バドミントン (初・中級) ジュニアバドミントン リトルシニアバドミントン ジュニア (テニス・ソフトテニス)
31	01	メモ:				