

2025年1月 NPO法人うえだミックスポーツクラブカレンダー

TEL0268-71-5392 (平日9時~17時営業)

月曜日 (活動時間)		火曜日 (活動時間)		水曜日 (活動時間)		木曜日 (活動時間)		金曜日 (活動時間)		土曜日 (活動時間)		日曜日	
				シニア教室 (9:30~11:00)		テニスクラブ (10:00~12:30)		金ヨガ (19:00~20:00)		スロージョギング® (7:30~8:30)			
				楽椅子教室 (9:30~10:30)		午後ヨガ (13:30~14:30)		エンジョイバスケット (19:00~21:00)		運動あそび教室幼児 (9:00~10:00)			
				男ヨガ (19:40~20:40)		スキルアップバスケット (19:00~21:00)				運動あそび教室児童 (10:20~11:30)			
				1		2		3		4		5	
				12/28~1/3年末年始休み									
				→									
6	7	8		9		10		11		12			
		シニア教室	休講	テニスクラブ	自然運動公園屋内 テニス	金ヨガ	休講						
		楽椅子	休講	午後ヨガ	休講	エンジョイ ジュニアバスケット		塩田西小					
		男ヨガ	塩田公民館	スキルアップ ジュニアバスケット	丸子総合体育館								
13	14	15		16		17		18		19			
【新春スロージョギング®】		シニア教室	塩田公民館	テニスクラブ	自然運動公園屋内 テニス	金ヨガ	塩田公民館	スロージョギング®	塩田公民館				
(成人の日)		楽椅子	塩田公民館	午後ヨガ	休講	エンジョイ ジュニアバスケット	塩田西小	運動あそび	自然運動公園				
		男ヨガ	塩田公民館	スキルアップ ジュニアバスケット	丸子総合体育館								
20	21	22		23		24		25		26			
		シニア教室	塩田公民館	テニスクラブ	自然運動公園屋内 テニス	金ヨガ	休講						
		楽椅子	塩田公民館	午後ヨガ	休講	エンジョイ ジュニアバスケット	塩田西小						
		男ヨガ	塩田公民館	スキルアップ ジュニアバスケット	丸子総合体育館								
27	28	29		30		31							
		シニア教室	塩田公民館	テニスクラブ	自然運動公園屋内 テニス	金ヨガ	塩田公民館						
		楽椅子	塩田公民館	午後ヨガ	塩田公民館	エンジョイ ジュニアバスケット	塩田西小						
		男ヨガ	休講	スキルアップ ジュニアバスケット	丸子総合体育館								

2025年1/13(月)新春スロージョギング®
 ~新年最初の運動をご一緒に!
 生島足島神社へ初詣行きましょう!~

◆受付時間:9:15 (スタート時間:9:30~)
 (解散予定時間:12:00)

◆参加費:無料

◆駐車場:中塩田小学校第2校庭