



				1日(金)		2日(土)	
3日(日) ◎卓球教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館卓球場		4日(月)		5日(火) ◎太極功夫扇教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場 ◎ヨガ教室 19:30~20:30 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場		6日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場	
7日(木) ◎レクダンス教室 19:00~20:00 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場 ◎ボウリング教室 19:00~21:00 会員500円、非会員800円 棚倉アローボール		8日(金)		9日(土) ◎親子でゆるスポ教室 10:00~11:00 子ども100円、大人300円 総合体育館アリーナ 対象:小学生以下の親子			
10日(日) ◎卓球教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館卓球場		11日(月)		12日(火) ◎バドミントン教室 19:00~20:00 会員100円、非会員300円 総合体育館アリーナ		13日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場	
14日(木)		15日(金)		16日(土)			
17日(日)		18日(月)		19日(火) ◎太極功夫扇教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場		20日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場	
				21日(木) ◎レクダンス教室 19:00~20:00 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場 ◎ボウリング教室 19:00~21:00 会員500円、非会員800円 棚倉アローボール		22日(金) 	
23日(土)							
24日(日) 		25日(月)		26日(火)		27日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場	
28日(木) 		29日(金) 		30日(土) 			
31日(日) 今年も お世話 になりました 							