

令和5年度 レクスポーツ教室 種目

開催月	種目		開催月	種目	
4月	バドミントン	ソフトバレー	10月	スポンジテニス	ソフトバレー
5月	卓球		11月	バドミントン	
6月	スポンジテニス		12月	卓球	
7月	バドミントン		1月	スポンジテニス	
8月	休 講（熱中症対策の為）		2月	バドミントン	
9月	卓球	ソフトバレー	3月	卓球	

※上記に記載されている種目は、変更される場合もございます。

R5年度 いきいき体操 種目表

開催月	種 目	
	A面	B面
7月	ペタンク	スポンジテニス
8月	休 講	
9月	ドキドキリング	卓球
10月	スティックポイント	ソフトバレー
11月	ピン倒し	バドミントン
12月	グラウンドゴルフ	スポンジテニス