

2月 南吹田市民体育館 ☆スポーツ教室☆

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
南吹田 Facebook 	9:30~10:30 シェイプアップ 10:50~11:50 親子体操 13:30~14:30 健康ストレッチ 15:45~16:45 幼児体操A	9:30~10:20 かんたんエアロ 10:35~11:50 レクスポーツ 13:30~14:45 シニアスポーツ 16:15~17:15 子ども元気クラブ	9:30~10:30 ストレッチ&ダンベル 10:45~11:45 いきいき体操 15:45~16:45 幼児体操B 19:00~19:50 ステップエクササイズ 19:15~20:45 トレーニング室利用者 実技講習会	9:30~10:20 かんたんステップ 10:35~11:35 健康ストレッチ 13:30~14:15 はじめてエクササイズ 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会	9:30~10:55 トータルトレーニング 11:00~12:00 親子で遊ぼう 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会
9 南吹田 HP https://shisetsu.mizuno.jp/m-7115 	10 9:30~10:30 シェイプアップ 10:50~11:50 親子体操 13:30~14:30 健康ストレッチ 15:45~16:45 幼児体操A	11 <div> 建国記念日 </div>	12 9:30~10:30 ストレッチ&ダンベル 10:45~11:45 いきいき体操 15:45~16:45 幼児体操B 19:00~19:50 ステップエクササイズ 19:15~20:45 トレーニング室利用者 実技講習会	13 9:30~10:20 かんたんステップ 10:35~11:35 健康ストレッチ 13:30~14:15 はじめてエクササイズ 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会	14 9:30~10:55 トータルトレーニング 11:00~12:00 親子で遊ぼう 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会
16 	17 9:30~10:30 シェイプアップ 10:50~11:50 親子体操 13:30~14:30 健康ストレッチ 15:45~16:45 幼児体操A	18 9:30~10:20 かんたんエアロ 10:35~11:50 レクスポーツ 13:30~14:45 シニアスポーツ 16:15~17:15 子ども元気クラブ	19 9:30~10:30 ストレッチ&ダンベル 10:45~11:45 いきいき体操 15:45~16:45 幼児体操B 19:00~19:50 ステップエクササイズ 19:15~20:45 トレーニング室利用者 実技講習会	20 9:30~10:20 かんたんステップ 10:35~11:35 健康ストレッチ 13:30~14:15 はじめてエクササイズ 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会	21 9:30~10:55 トータルトレーニング 11:00~12:00 親子で遊ぼう 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会
23 <div> 天皇誕生日 </div>	24 <div> 休館日 </div>	25 9:30~10:20 かんたんエアロ 10:35~11:50 レクスポーツ 13:30~14:45 シニアスポーツ 16:15~17:15 子ども元気クラブ	26 9:30~10:30 ストレッチ&ダンベル 10:45~11:45 いきいき体操 15:45~16:45 幼児体操B 19:00~19:50 ステップエクササイズ 19:15~20:45 トレーニング室利用者 実技講習会	27 9:30~10:20 かんたんステップ 10:35~11:35 健康ストレッチ 13:30~14:15 はじめてエクササイズ 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会	28 9:30~10:55 トータルトレーニング 11:00~12:00 親子で遊ぼう 15:30~17:00 トレーニング室利用者 実技講習会
<div>  </div>					

※開催時間や定員数が変更になる場合があります

☆詳細は窓口にてお問い合わせください☆

南吹田市民体育館 6386-7050