

2月 南吹田市民体育館 ☆スポーツ教室☆

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	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	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
南吹田 HP 	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	建国記念日		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	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
	9:30~10:30 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	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
天皇誕生日	休館日		9:30~10:30 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	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



※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