

2020

9月

市内公園教室日程

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|---|----------------------------|--|-----|-------------------------|---|---|
| 31 | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 ☆陸上教室 まなび中央公園 ☆走り方教室 春木グラウンド | 06 |
| 07 健康維持ストレッチ 天神山麒麟公園 健康テニス 野田テニスコート | 08 健康維持ストレッチ 東ヶ丘第1公園 | 09 ノルディックウォーキング 宮の池公園 | 10 | 11 | 12 ☆陸上教室 まなび中央公園 ☆はらっぱ ときわ公園 | 13 お外でヨガ 二の丸公園 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 健康維持ストレッチ 土生公園 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 ノルディックウォーキング 宮の池公園 | 24 | 25 | 26 ☆はらっぱ 包近公園 | 27 ☆走り方教室 葛城グラウンド お外でヨガ 二の丸公園 |
| 28 高齢者のための 健康ストレッチ 牛ノ口公園 | 29 | 30 | 01 | 02 | 03 | 04 |
| 05 | 06 | メモ: 赤字の教室は、参加費無料 ☆は子供対象教室 お問い合わせ、申込は総合体育館窓口、お電話、ホームページで | | | | |