

# 令和5年度 楽らクラブ 実施予定表

## 1月

日	月	火	水	木	金	土
	<del>1</del>	<del>2</del>	<del>3</del>	<del>4</del>	5△	6
7	8	9	10♪☆	11	12△	13
14	15◇	16	17♪☆	18	19△	20
21	22◇	23	24♪☆	25	26△	27
28	29◇	30	31♪			

## 2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2△	3
4	<del>5</del>	6	7♪☆	8	9△	10
11	12	13	14♪☆	15	16△	17
18	19◇	20	21♪☆	22	23	24
25	26◇	27	28♪☆	29		

## 3月

日	月	火	水	木	金	土
					1△	2
3	<del>4</del>	5	6♪	7	8△	9
10	11◇	12	13♪☆	14	15△	16
17	18◇	19	20	21	22△	23
24	25◇	26	27♪☆	28	29△	30
31						

印	教室名	曜日	時間	場所	
■	いきいき体操(月)	月	10:00~11:10	第一体育室	
◇	太極拳	月	10:00~11:00	第二体育室	
■	いきいき体操(水)	水	10:00~11:10	第一体育室	
♪	すっきりヨーガ	水	10:00~11:10	第二・三体育室	
☆	汗かきエアロ	水	19:30~20:30	第二体育室	
■	いきいき体操(金)	金	10:00~11:10	第一体育室	
△	ゆったりヨーガ	金	14:00~15:10	第三体育室	
<del>■</del>	総合体育館休館日	※毎月第1月曜日(祝日の場合は翌日)および年末年始(12/28~1/4)休館			