

令和6年度 楽らクラブ 実施予定表

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3♪	4	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♪			

8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2△	3
4	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

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4♪	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◇					

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	
	いきいき体操(金)	金	10:00~11:10	第一体育室	
△	ゆったいヨーガ	金	14:00~15:10	第三体育室	
	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(12/28~1/3)休館			