

(体育室 一般公開スケジュール)

曜日	火			水	金	土	第1・3・5 土	第2 日
教室名 (種目)	生き生き ライフ	剣道	バレー ボール	音楽体操	卓球	剣道	スポーツ 広場	こまば サンデースポーツ
時間	9:45 ∩ 11:45	15:40 ∩ 18:00	19:00 ∩ 21:00	10:00 ∩ 11:30	19:00 ∩ 21:30	15:40 ∩ 18:00	※7月下旬から 8月中旬はお休み 9:30 ∩ 11:30	※大会等で中止に なる場合があります。 9:00~10:30 卓球 4台 バドミントン4面
内容 その他	卓球 9台 ソフトバレー 1面 バドミントン 2面		コート2面 男 1面 女 1面	音楽に合わせて 体を動かし、 健康増進を 図ります。	卓球16台 初心者指導 コーナー有		卓球 3台 ミニバレー 1面 バドミントン3面 わなげ	10:30~12:00 バレーボール
対象	60歳以上	小学生 以上	中学生以上		小学生以上			(卓球・バドミントン) 小学生以上 (バレーボール) 中学生以上