

年末年始 体操教室のご案内（主競技場/柔・剣道場 など）

曜日	会場	教室名	スケジュール
月	柔・剣道場	ストレッチ & ソフリズム 腹筋同好会	12/25: 通常通り 1/1: お休み 1/8: 祝日のためお休み 1/15より通常通り
		肩こり腰痛予防体操	12/25: 通常通り 1/1: お休み 1/8: 祝日のためお休み 1/15より通常通り
火	主競技場	ソフトエアロビクス 元気ハツラツ体操 ウォーキングエクササイズ 親子体操 小学生体操 器械体操（一般公開）	12/26: 通常通り 1/2: お休み 1/9より通常通り
水	アーチェリー場	リアルトレーニング	12/27: 通常通り 1/3: お休み 1/10より通常通り
	会議室	パワーピラティス	12/27: 通常通り 1/3: お休み 1/10より通常通り
	主競技場	ストレッチ & シェイプ	12/27: お休み 1/3: お休み 1/10より通常通り
	柔・剣道場	ころばん塾	12/27: 通常通り 1/3: お休み 1/10より通常通り
金	柔・剣道場	肩こり腰痛予防体操	12/22: 通常通り 12/29: 年末年始休館のためお休み 1/5より通常通り