

第2期 健康づくり教室 日程表

開催期間 令和6年9月3日(火)～11月26日(火) 全12回

曜日	火	水	木	金
教室名				
	さわやか卓球70 10:10～11:20		さわやか健康体操 10:20～11:30	さわやか健康体操 10:10～11:20
	スポンジテニス基礎 11:35～12:45			さわやか卓球70 11:40～12:50
	バドミントン90 13:00～14:30	家庭バレーボール 13:00～14:30	卓球90 13:00～14:30	卓球90 13:00～14:30
	スポンジテニス90 14:45～16:15	ようじ体操 15:10～16:10	足腰元気体操 14:00～14:50	
				ミニバスケットボール 16:30～17:30
				ヘルシーサッカー 19:00～20:30
1	9月 3日	9月 4日	9月 5日	9月 6日
2	10日	11日	12日	13日
3	17日	18日	19日	20日
4	24日	25日	26日	27日
5	10月 1日	10月 2日	10月 3日	10月 4日
6	8日	9日	10日	11日
7	22日	16日	17日	18日
8	29日	23日	24日	25日
9	11月 5日	30日	31日	11月 1日
10	12日	11月 6日	11月 7日	8日
11	19日	13日	14日	15日
12	26日	20日	21日	22日

☆休講日 10月15日(火)

☆令和6年度第3期申込書提出期間 予定日 11月9日(土)～11月22日(金)

☆ホームページ <http://www.aspf.or.jp/>



(公財)尼崎市スポーツ振興事業団

中央体育館

TEL

06-6413-8171

〒大仲月野

FAX

06-6412-0054