

# 第2期 健康づくり教室 日程表

開催期間 令和4年9月1日(木)～11月30日(水) 全12回

曜日	火	水	木	金	土
教室名		さわやか健康体操 9:10～10:20	スポンジテニス 9:30～10:40	卓球 A 10:30～11:40	
	親子の体育あそび 10:30～11:30	いきいき健康体操A 10:30～11:20	さわやか卓球 11:00～12:00	卓球 B 11:50～13:00	
		いきいき健康体操B 11:30～12:20	卓球 A 12:15～13:25	からだ元気体操 13:00～13:40	
	幼児の体育あそび 15:10～16:10	バドミントンA 12:30～13:40	卓球 B 13:35～14:45		
		バドミントンB 13:50～15:00	幼児のチャレンジスポーツ 15:10～16:10		軽スポーツ 18:30～20:00
1	9月 6日	9月 7日	9月 1日	9月 2日	9月 3日
2	13日	14日	8日	9日	10日
3	20日	21日	15日	16日	17日
4	27日	28日	22日	30日	24日
5	10月 4日	10月 5日	29日	10月 7日	10月 1日
6	18日	12日	10月 6日	14日	8日
7	25日	19日	13日	21日	15日
8	11月 1日	26日	20日	28日	22日
9	8日	11月 2日	27日	11月 4日	29日
10	15日	9日	11月 10日	11日	11月 5日
11	22日	16日	17日	18日	12日
12	29日	30日	24日	25日	19日

☆休講日 9月23日(金) 10月11日(火) 11月3日(木) 11月23日(水)

☆令和4年度第3期申込書提出期間 予定日 11月15日(火)～11月27日(日)

☆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

小田体育館 TEL&FAX 06-6498-4761