

# 第1期 健康づくり教室 日程表

開催期間 令和7年4月8日(火)～7月8日(火) 全12回

曜日	火	水	木	金
教室名	さわやか健康体操 9:10～10:20	おやこ体操 9:40～10:40	おやこ体操 9:40～10:40	
	いきいき健康体操 10:35～11:25		さわやか卓球 11:00～12:10	卓球 10:30～12:00
	卓球 11:45～13:15		バドミントン70 A 12:30～13:40	スポンジテニス90 12:30～14:00
			バドミントン70 B 13:50～15:00	足腰元気体操 13:00～13:50
		ようじ体操 15:15～16:15	ようじのチャレンジスポーツ 15:15～16:15	
	小学生のドッジボール 16:00～17:00		ミニバスケットボール 16:30～17:30	小学生のチャレンジスポーツ 16:30～17:30
1	4月 8日	4月 9日	4月 10日	4月 11日
2	15日	16日	17日	18日
3	22日	23日	24日	25日
4	5月 13日	5月 7日	5月 8日	5月 9日
5	20日	14日	15日	16日
6	27日	21日	22日	23日
7	6月 3日	28日	29日	30日
8	10日	6月 4日	6月 5日	6月 6日
9	17日	11日	12日	13日
10	24日	18日	19日	20日
11	7月 1日	25日	26日	27日
12	8日	7月 2日	7月 3日	7月 4日

☆休講日 4月29日(火)～5月6日(火)

☆令和7年度第2期申込書提出期間 予定日 6月24日(火)～7月6日(日)

☆ホームページ <http://www.aspf.or.jp/>



**ASPF** (公財) 尼崎市スポーツ振興事業団

園田体育館 TEL&FAX 06-6492-5286