

# 第3期 健康づくり教室 日程表

開催期間 令和3年12月7日(火)～令和4年3月4日(金) 全11回

曜日	火	水	木	金
教室名	さわやか卓球 10:30～11:30		からだ元気体操 9:30～10:10	さわやか健康体操 9:20～10:10
	バドミントン 12:00～13:10		さわやか健康体操 10:30～11:20	さわやか卓球A 10:30～11:30
	スポンジテニスA 13:30～14:40	家庭バレーボール 13:00～14:30	卓球 A 11:40～12:50	さわやか卓球B 11:50～12:50
	スポンジテニスB 15:00～16:10	幼児の体育あそび 15:10～16:10	卓球 B 13:10～14:20	卓球 A 13:10～14:20
			にこにこ元気体操 14:00～14:40	卓球 B 14:40～15:50
				ミニバスケットボール 16:25～17:25
				ヘルシーサッカー 19:00～20:30
1	12月 7日	12月 8日	12月 9日	12月 10日
2	14日	15日	16日	17日
3	21日	22日	1月 6日	24日
4	1月 11日	1月 5日	13日	1月 7日
5	18日	12日	20日	14日
6	25日	19日	27日	21日
7	2月 1日	26日	2月 3日	28日
8	8日	2月 2日	10日	2月 4日
9	15日	9日	17日	18日
10	22日	16日	24日	25日
11	3月 1日	3月 2日	3月 3日	3月 4日

☆休講日 2月11日(金) 2月23日(水)

☆令和4年度第1期申込書提出期間 予定日 3月1日(火)～6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

中央体育館

TEL  
FAX

06-6413-8171  
06-6412-0054