令和7年 5月 講座開設予定表

スポーツクラブもとす

日	人数	月	人数	火	会員	非	水	会員	非	木	会員	非	金	会員	非	土	人数
										1			2			3 憲法記念日	
										501 トレーニングマシン利用 302 初めての太極拳(本巣) 310 筋活ピラティス(真正) 316 かんたんエアロビクス	休講		501 トレーニングマシン利用 308 癒しのヨーガ(真正) 309 癒しのヨーガ(糸貫) 314 楽しいフラダンス			01 クラブ休み	
4 みどりの日		5 こどもの日		6 振替休日			7			8			9			10	
01 クラブ休み		01 クラブ休み		01 クラブ休み			00 休館日			501 トレーニングマシン利用 302 初めての太極拳(本巣) 311 筋活ヨガ(真正) 0731 ダンシングフィット			501 トレーニングマシン利用 308 癒しのヨーガ(真正) 309 癒しのヨーガ(糸貫) 314 楽しいフラダンス			001 ソフトテニス 004 バドミントン(小1～6) 005 バドミントン(中1～) 008 柔道 01 クラブ休み	
11		12		13			14			15			16			17	
002 卓　球 006 サッカー(真正) 01 クラブ休み		00 休館日		501 トレーニングマシン利用 003 卓球(一般) 301 初めての太極拳(真正) 313 筋活ピラティス(本巣) 315 踏み台レッスン 0721 ノルディック・ウォーキング	休講		501 トレーニングマシン利用 303 やさしい太極拳(真正) 304 たのしい太極拳(本巣) 305 代謝も心もUPUP体操 306 セルフメンテナンス(糸貫) 307 セルフメンテナンス(本巣)			501 トレーニングマシン利用 302 初めての太極拳(本巣) 316 かんたんエアロビクス	休講		501 トレーニングマシン利用 308 癒しのヨーガ(真正) 309 癒しのヨーガ(糸貫) 314 楽しいフラダンス			01 クラブ休み	
18		19		20			21			22			23			24	
01 クラブ休み		00 休館日		501 トレーニングマシン利用 003 卓球(一般) 301 初めての太極拳(真正) 312 筋活ヨガ(本巣) 315 踏み台レッスン			501 トレーニングマシン利用 303 やさしい太極拳(真正) 305 代謝も心もUPUP体操 306 セルフメンテナンス(糸貫)			501 トレーニングマシン利用 311 筋活ヨガ(真正) 0731 ダンシングフィット			501 トレーニングマシン利用 308 癒しのヨーガ(真正) 309 癒しのヨーガ(糸貫)			001 ソフトテニス 004 バドミントン(小1～6) 005 バドミントン(中1～) 01 クラブ休み	
25		26		27			28			29			30			31	
002 卓　球 01 クラブ休み		00 休館日		501 トレーニングマシン利用 003 卓球(一般) 301 初めての太極拳(真正) 313 筋活ピラティス(本巣) 315 踏み台レッスン 0721 ノルディック・ウォーキング			501 トレーニングマシン利用 303 やさしい太極拳(真正) 304 たのしい太極拳(本巣) 306 セルフメンテナンス(糸貫) 307 セルフメンテナンス(本巣)			501 トレーニングマシン利用 302 初めての太極拳(本巣) 310 筋活ピラティス(真正)			501 トレーニングマシン利用			01 クラブ休み	