

第2期 健康づくり教室 日程表

開催期間 9月3日(火)～11月26日(火) 全11回

曜日	火	水	木	金
教室名	さわやか卓球 10:30～11:40		からだ元気体操 9:30～10:20	さわやか健康体操 9:30～10:40
	パドミントン 13:00～14:30	家庭バレーボール 13:00～14:30	さわやか健康体操 10:30～11:40	さわやか卓球 10:50～12:00
	スポンジテニス 14:40～16:10	幼児の体育あそび 15:10～16:15	卓球 13:00～14:30	卓球 13:00～14:30
			からだ元気体操 14:00～14:50	小学生の球技 16:25～17:35
				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	29日	16日	17日	18日
8	11月 5日	23日	24日	25日
9	12日	30日	31日	11月 1日
10	19日	11月 6日	11月 7日	8日
11	26日	13日	14日	15日

☆休講日 10月15日(火)・22日(火)

☆ホームページ <http://www.aspf.or.jp/>



ASPF
TEL
FAX

(公財)尼崎市スポーツ振興事業団

中央体育館

06-6413-8171
06-6412-0054