

第3期 健康づくり教室 日程表

開催期間 令和6年1月9日(火)～令和6年3月22日(金) 全10回

曜日	火	水	木	金
教室名	さわやか健康体操 9:10～10:20	親子の体育あそび 9:30～10:30	親子の体育あそび 9:30～10:30	卓球 10:30～11:40
	いきいき健康体操 10:30～11:20		さわやか卓球 11:00～12:00	スポンジテニスA 11:50～13:00
	卓球A 11:30～12:40		バドミントンA 12:20～13:30	スポンジテニスB 13:10～14:20
	卓球B 12:50～14:00		バドミントンB 13:40～14:50	からだ元気体操 13:30～14:10
		幼児の体育あそび 15:00～16:00	幼児のチャレンジスポーツ 15:10～16:10	
	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	1月 9日	1月 10日	1月 11日	1月 12日
2	16日	17日	18日	19日
3	23日	24日	25日	26日
4	30日	31日	2月 1日	2月 2日
5	2月 6日	2月 7日	8日	9日
6	13日	14日	15日	16日
7	20日	21日	22日	3月 1日
8	27日	28日	29日	8日
9	3月 5日	3月 6日	3月 7日	15日
10	12日	13日	14日	22日

☆休講日 2月23日(金)

☆令和6年度第1期申込書提出期間 予定日 3月5日(火)～3月17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