

昭島くじらスポーツクラブ事務局 TEL:080-1249-5001 FAX:042-544-4159 URL: https://www.akishimakujira.com/ E-mail: jimukyoku@akishimakujira.com 屋外の教室は雨天時中止となります。 雨天中止なのか開催するのかわ確認したい場合は、 上記にお問い合わせください。		★ 教室スタッフ、参加者各位 感染防止のため以下の注意事項をお守りください。 1) スタッフ及び参加者はマスクを着用,体温を計測し,熱がある場合は参加を見合わせる。 2) スタッフ及び参加者は始まる前に手をアルコール消毒する。 3) 互いに適当な距離を保ち、室内の換気を行う。			1 (金) 	2 (土) 健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(今井) スポーツセンター軽2体操室 場所変更
3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)
ウォーキング =ミニウォーキング= 8:45~12:00 東中神駅南口		健康体操 =リズム体操= 9:30~10:45 スポーツセンター第2軽体操室 場所変更		いろいろゴルフ =ターゲット&グラウンドゴルフ= 8:45~10:45 陸上競技場(北側半面) 健康体操 =マイペース体操= 13:15~15:00 武蔵野会館 集会室2・3	場所変更	健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(今井) スポーツセンター第2軽体操室 ニュースポーツ =インドアベタンク= 13:15~15:00 スポーツセンター 剣道場
10 (日)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)
健康体操 =太極拳= 9:30~10:45 スポーツセンター第2軽体操室 場所変更	ニュースポーツ =卓球= 15:00~17:00 スポーツセンター第2体育室(半)	わいわい子どもスポーツ =親子であそぼう= 9:30~10:45 スポーツセンター第2軽体操室 場所変更	ニュースポーツ =吹き矢= 15:15~17:00 スポーツセンター 剣道場 場所変更		場所変更	健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(井野) スポーツセンター第2軽体操室
17 (日)	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)
ウォーキング =ミニウォーキング= 8:45~12:00 東中神駅南口	ニュースポーツ =吹き矢= 15:15~17:00 昭和会館 第1集会室	健康体操 =リズム体操= 9:30~10:45 スポーツセンター第2軽体操室 場所変更		いろいろゴルフ =ターゲット&グラウンドゴルフ= 8:45~10:45 陸上競技場(北側半面) 健康体操 =マイペース体操= 13:15~15:00 武蔵野会館 集会室2・3	場所変更	健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(井野) スポーツセンター第2軽体操室 ニュースポーツ =インドアベタンク= 13:15~15:00 スポーツセンター 剣道場
24 (日)	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30(土)/31
健康体操 =太極拳= 9:30~10:45 スポーツセンター第2軽体操室 場所変更	ニュースポーツ =卓球= 15:00~17:00 スポーツセンター第2体育室(半)	わいわい子どもスポーツ =親子であそぼう= 9:30~10:45 スポーツセンター 第2軽体操室 場所変更	 健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(小口) スポーツセンター 第1軽体操室 ニュースポーツ =吹き矢= 15:15~17:00 スポーツセンター 研修室 			

昭島くじらスポーツクラブHP URL: <https://www.akishimakujira.com/>でもご覧になれます。