

令和8年1月活動予定表

作成日:令和7年12月19日

昭島くじらスポーツクラブ事務局 TEL:080-1249-5001 FAX:042-544-4159				1 (木) 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)	2 (金)	3 (土) 健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(1) スポーツセンター第1軽体操室
URL:https://www.akishimakujira.com/ E-mail:jimukyoku@akishimakujira.com				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		
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。						
4 (日) ウォーキング =ミニウォーキング= 8:45~12:00 東中神駅南口	5 (月)	6 (火) 健康体操 =パワーアップレッスン= 9:30~10:45 スポーツセンター第1軽体操室	7 (水)	8 (木) 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)	9 (金)	10 (土) 健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(清水) 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 昭和会館 第1集会室			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		ニュースポーツ =インドアベタング&ポッチャ= 13:15~15:00 スポーツセンター第1軽体操室
11 (日) 健康体操 =太極拳= 9:30~10:45 スポーツセンター第1軽体操室	12 (月)	13 (火) 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1軽体操室	14 (水)	15 (木) 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)	16 (金)	17 (土) 健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(1) スポーツセンター第1軽体操室
	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)	場所、曜日変更	ニュースポーツ =卓球= 15:00~17:00 みほり体育館	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		
18 (日) ウォーキング =ミニウォーキング= 8:45~12:00 東中神駅南口	19 (月)	20 (火) 健康体操 =パワーアップレッスン= 9:30~10:45 スポーツセンター第1軽体操室	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土) 健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(渡辺) 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 昭和会館 第1集会室					ニュースポーツ =インドアベタング&ポッチャ= 13:15~15:00 スポーツセンター第1軽体操室
25 (日) 健康体操 =太極拳= 9:30~10:45 スポーツセンター第1軽体操室	26 (月)	27 (火) 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1軽体操室	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土) 健康体操 =ヨガ= 9:30~10:45(清水) スポーツセンター第1軽体操室
	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)	工事により中止	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。