令和8年3月活動予定表

作成日：令和8年2月16日

1 （日）	2 （月）	3 （火）	4 （水）	5 （木）	6 （金）	7 （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 ＝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		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 ＝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		

8 （日）	9 （月）	10 （火）	11 （水）	12 （木）	13 （金）	14 （土）
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		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				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 ＝インドアペタンク&ポッチャ＝ 13:15～15:00 スポーツセンター第1軽体操室
		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			

15 （日）	16 （月）	17 （火）	18 （水）	19 （木）	20 （金）	21 （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 ＝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		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 ＝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			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		

22 （日）	23 （月）	24 （火）	25 （水）	26 （木）	27 （金）	28 （土）
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		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				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 スポーツセンター　研修室			ニュースポーツ ＝インドアペタンク&ポッチャ＝ 13:15～15:00 スポーツセンター第1軽体操室
		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			

29 （日）	30 （月）	31 （火）				
					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を確認したい場合は、 上記にお問い合わせください。	

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。