

令和8年4月活動予定表

作成日: 令和8年3月20日
更新日: 令和8年3月28日

			1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
				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
				健康体操 =マイベース体操= 13:15~15:00 武蔵野会館 集会室2・3		
5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (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2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 =吹き矢= 15:15~17:00 昭和会館 第1集会室					ニュースポーツ =インドアベタंक= 13:15~15:00 スポーツセンター 剣道場
12 (日)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (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		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 =卓球= 15:00~17:00 スポーツセンター第2体育室(半)			健康体操 =マイベース体操= 13:15~15:00 武蔵野会館 集会室2・3		
19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (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2軽体操室				健康体操 =びっくり体操= 9:30~10:45(山崎) 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 =吹き矢= 15:15~17:00 スポーツセンター 研修室	健康体操 =マイベース体操= 13:15~15:00 武蔵野会館 集会室2・3		ニュースポーツ =インドアベタंक= 13:15~15:00 スポーツセンター 剣道場
26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	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。	
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				
	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)					



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。