



坂戸市民総合運動公園教室カレンダー 2024年10月～12月



教室名	曜日	時間	場所	料金	10月	11月	12月
ゆがみ改善骨盤ストレッチ	火	9:45～10:45	研修室	700円/回	1・8・22・29	12・19	3・10・17・24
ZUMBA LESSON in坂戸	火	20:10～21:10	剣道場	700円/回	22・29	12・19	3・10・17・24
整うカラダピラティス	水	9:30～10:30	研修室	700円/回	2・9・16・23・30	6・13・20・27	4・11・18・25
バドミントン教室	水	14:45～16:15	大体育館B	1,100円/回	9・16・23・30	13・20・27	4・11・18・25
心も身体も美しく整う！ リラックス教室	水	19:30～20:30	研修室	700円/回	/		6・13・20・27 4・11・18・25
ゆっくりプログラム	木	9:45～10:15	剣道場/研修室/ 会議室	100円/回	3・10・17・24・31	7・14・21・28	5・12・19・26
だれでもボッチャ	木	10:30～11:30	剣道場/研修室	500円/回	3・10・17・24・31	7・14・21・28	5・12・19・26
やさしい卓球教室	金	10:20～12:00	小体育館A	1,100円/回	4・11・18・25	1・8・15・22・29	6・13・20・27
ちりつも体操	金	10:30～11:30	剣道場/研修室	700円/回	4・11・18・25	1・8・15・22・29	6・13・20・27
簡化24式太極拳	金	14:30～15:30	剣道場	700円/回	4・11・18・25	1・8・15・22・29	6・13・20・27