

2024 4月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休館日	●ソフトエアロ 10:00 藤田 ●ピラティス 19:00 舟山 ●ラージボール卓球 13:30	●きがるウォーキング 10:00 ●健美操 13:30 山口 ●フリースポーツ 19:30	●午前ピラティス 10:00舟山 ●ソフトバレー教室 13:30 ●バッチリエアロ 19:30藤田	●きがるウォーキング 10:00 ●ラージボール卓球 13:30	●キッズダンス 15:30
7	8	9	10	11	12	13
	滝桜ウォーキング 休館日	●ソフトエアロ 10:00 藤田 ●ピラティス 19:00 舟山 ●ラージボール卓球 13:30	●きがるウォーキング 10:00 ●健美操 13:30 山口 ●フリースポーツ 19:30	●午前ピラティス 10:00舟山 ●ソフトバレー教室 13:30 ●バッチリエアロ 19:30藤田	●きがるウォーキング 10:00 ●ラージボール卓球 13:30	●キッズダンス 15:30
14	15	16	17	18	19	20
4月16日(火) ニュースポーツ モルック大会 あいべ10時~	休館日	●ソフトエアロ 10:00 藤田 ●ピラティス 19:00 舟山 ●ラージボール卓球 13:30	●きがるウォーキング 10:00 ●健美操 13:30 山口 ●フリースポーツ 19:30	●午前ピラティス 10:00舟山 ●ソフトバレー教室 13:30 ●バッチリエアロ 19:30藤田	●きがるウォーキング 10:00 ●ラージボール卓球 13:30	●キッズダンス 15:30
21	22	23	24	25	26	27
	休館日	●ソフトエアロ 10:00 藤田 ●ピラティス 19:00 舟山 ●ラージボール卓球 13:30	●きがるウォーキング 10:00 ●健美操 13:30 山口 ●フリースポーツ 19:30	●午前ピラティス 10:00舟山 ●ソフトバレー教室 13:30 ●バッチリエアロ 19:30藤田	●きがるウォーキング 10:00 ●ラージボール卓球 13:30	●運動で健康サプリ 10:00 ●キッズダンス 15:30
28	29	30				
	昭和の日 休館日	●ソフトエアロ 10:00 藤田 ●ピラティス 19:00 舟山 ●ラージボール卓球 13:30				

お知らせ

☆「モルック大会」

期 日: 4月16日(火)
場 所: 屋内運動場あいべ
開 始: 10:00~
対 象: 一般 どなたでも
持ち物: 室内シューズ・飲み物
参加費: 200円(保険込)
申込先: 町民体育館、屋内運動場あいべ



☆「運動で健康サプリ」~今年も実施します~

期 日: 4月27日(土)
場 所: 小国町民総合体育館
時 間: 10:00~
対 象: どなたでも
内 容: 貯筋運動&リズム運動 ※申込4/24日まで
(貯筋体操は使って貯める体操で誰でも簡単にできる体操です。寝たきり予防に効果があります。)
持ち物: 室内シューズ・飲み物



※ 詳細はお問合せください ※ 0円~350円(保険込)

ご協力いただいている賛助会員企業商店様

(株) 旭林業	安部工業(株)	荒川興業(株)	(株)いづみや金物店
猪野電気工事(株)	小国開発(株)	旬彩 うを徳	(株)小国ガスエネル
(有)加藤印刷	菰くよし亭	(有)キノシタ	木村家菓子店
(株)高橋工務店	焼肉再来	ハイコー	(合資)山佐佐藤農機店
中原企画設計	山形新聞小国販売所	(有)みよしや	山和建设(株)