

【 令和7年度 ボディメンテナンスと有酸素運動 】

教室実施日一覧表

月	曜日	月	曜日	月	曜日	月	曜日
4/2	水	7/2	水	10/1	水	1/7	水
4/9	〃	7/9	〃	10/8	〃	1/14	〃
4/16	〃	7/16	〃	10/15	〃	1/21	〃
4/23	〃	8/6	〃	10/22	〃	1/28	〃
4/30	〃	8/13	〃	11/5	〃	2/4	〃
5/7	〃	8/20	〃	11/12	〃	2/18	〃
5/14	〃	8/27	〃	11/19	〃	2/25	〃
5/21	〃	9/3	〃	11/26	〃	3/4	〃
5/28	〃	9/10	〃	12/3	〃	3/11	〃
6/4	〃	9/17	〃	12/10	〃	3/18	〃
6/11	〃	9/24	〃	12/17	〃	3/25	〃
6/18	〃			12/24	〃		
6/25	〃						

※日程は都合により変更となる場合がございます。ご了承くださいますようお願いいたします。

時 間

11時30分～12時30分

場 所

俵田翁記念体育館

主 催

(公財)宇部市スポーツ協会

※令和6年4月1日より公益財団法人宇部市体育協会から【公益財団法人宇部市スポーツ協会】へ名称を変更いたしました。