

令和5年度(2023年)NPO法人ふちゅラスポーツクラブ 週間プログラム

時間帯	場所	月	火	水	木	金	土	日
7:00-9:00	婦中ふれあい館							
	婦中体育館							
	その他							
9:00-12:00	婦中ふれあい館		体改善ヨガ	やさしいヨガ				
	婦中体育館						エンジョイトランポリン午前教室	合気道
	その他					リフレッシュヨガ教室	新体操 空手道	
13:00-15:00	婦中ふれあい館							
	婦中体育館							
	その他							テニスサークル
15:00-17:00	婦中ふれあい館							
	婦中体育館							
	その他		空手道					
17:00-19:00	婦中ふれあい館	ダンス教室(2教室) ★チーム パビヨン ★チーム スプラッシュ						
	婦中体育館			からだであそぼっ教室		子供たちの屋台村	合気道	
	その他							
19:00-21:00	婦中ふれあい館	ダンス教室(1教室) ★チーム シャイニー			BODYメイクエクササイズ			
	婦中体育館	少林拳	Jr.フェンシング	合気道		Jr.フェンシング	エンジョイトランポリン夜教室 大人のトランポリン教室	
	その他	城山ドリームス(ハレーボール) 婦中フラットバスケットボールクラブ フラットバスケットボールJH 空手道 女性健康マンデー	婦中ジュニアA.C. SAKURA(ハレーボール) FOR ALL(フォア オール) 3King	コンディショニングヨガ教室 婦中フラットバスケットボールクラブ チアリーディング教室(2教室) 空手道 八尾ジュニアハンドボールクラブ 健・水曜クラブ	あなただけのジュエリー 婦中ジュニアA.C. 城山ドリームス(ハレーボール) 空手道 スラックライン	FCフラット(サッカー) SAKURA(ハレーボール) 婦中フラットバスケットボールクラブ フラットバスケットボールJH 空手道 八尾ジュニアハンドボールクラブ FOR ALL(フォア オール) 健・水曜クラブ	FCフラット(サッカー) フラットハレーボールスクール 空手道 大人のバスケットボール	