

使用日		午 前	午 後	夜 間
1	日			
2	月			
3	火	体操同好会ひまわり		
4	水	コープスポーツヨガ（水曜）		ハワイアンフラ ピカケ
5	木	体幹パワーアップ体操ドリーム	けんこう倶楽部	
6	金			
7	土	少林拳空手道		
8	日			
9	月			
10	火	体軸ストレッチ		
11	水			
12	木			
13	金			
14	土	少林拳空手道		
15	日			
16	月			
17	火	体操同好会ひまわり		
18	水	コープスポーツヨガ（水曜）		
19	木	体幹パワーアップ体操ドリーム	けんこう倶楽部	
20	祝金			
21	土	少林拳空手道		
22	日			
23	月			
24	火	体軸ストレッチ		
25	水			
26	木			
27	金		ハワイアンフラ ピカケ	
28	土			
29	日			
30	月			
31	火	体軸ストレッチ		