

オリジナルプログラム空き状況

| プログラム名 | 定員 | 空きありは○ 空きなしは× |
|--------------|----|------------------|
| バドミントン | 28 | ○ |
| フラ | 30 | ○ |
| ヨガ月 | 30 | ○ |
| バウンドテニス | 30 | ○ |
| 元気アップ(堀切)① | 30 | × |
| 元気アップ(堀切)② | 30 | × |
| 麻雀AM | 24 | ○ |
| イス体操 | 40 | × |
| ヨガ火① | 20 | ○ |
| ヨガ火② | 20 | ○ |
| 健康ダーツ | 20 | ○ |
| エアロビクス | 24 | ○ |
| ヨガ(木)① | 20 | ○ |
| ヨガ(木)② | 20 | ○ |
| 元気アップ(四つ木)① | 24 | ○ |
| 元気アップ(四つ木)② | 24 | ○ |
| グラウンド・ゴルフ | 32 | ○ |
| 気功木 | 30 | ○ |
| 気功金 | 30 | × |
| 元気アップ(南綾瀬) | 30 | × |
| いきいきチアダンス | 30 | ○ |
| 卓球 | 30 | ○ |
| 硬式テニス(子ども) | 30 | ○ |
| 硬式テニス(おとな) | 40 | ○ |
| ノルディックウォーキング | 30 | ○ |
| 囲碁 | 20 | ○ |
| 太極拳① | 15 | ○ |
| 太極拳② | 15 | × |
| 太極拳③ | 15 | × |
| コーラス | 20 | ○ |

4月12日現在