

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×
日	バドミントン	28	○
月	フラ	30	○
	ヨガ(月曜日)	30	○
	バウンドテニス	30	○
	元気アップ体操(堀切)①	30	×
	元気アップ体操(堀切)②	30	×
火	健康マージャン(午前)	24	○
	イス体操	40	×
	ヨガ(火曜日)①	20	○
	ヨガ(火曜日)②	20	○
水	健康ダーツ	20	○
木	エアロビクス	24	○
	ヨガ(木曜日)①	20	○
	ヨガ(木曜日)②	20	○
	元気アップ体操(四つ木)①	24	○
	元気アップ体操(四つ木)②	24	○
	グラウンド・ゴルフ	32	○
	気功(木曜日)	30	○
金	気功(金曜日)	30	×
	元気アップ体操(南綾瀬)	30	×
	いきいきチアダンス	30	○
土	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	○

5月20日現在