



# こやのエンジョイくらぶ「オリジナルプログラム」

## スケジュール【令和6年12月】

※スケジュールは、都合により変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

曜日	種目	開催日	開催時間		定員	会場
日	バドミントン	8・15・22	10:00~12:00		35名	こすげ小学校 体育館
月	フラ	2・16・23	9:45~10:45		30名	南綾瀬地区センター ホール
		9				南綾瀬地区センター 和室
	ヨガ(月曜日)	2・16・23	10:55~11:55		30名	南綾瀬地区センター ホール
		9				南綾瀬地区センター 和室
	バウンドテニス	2・9・16・23	10:00~12:00		30名	旧小谷野小学校体育館
元気アップ体操(堀切)	2・9・16・23	①13:30~14:30	②14:40~15:40	40名	堀切地区センター ホール	
健康マーじゃん	3・10・17・24	9:30~12:00				24名
火	イス体操	3・10・17・24	13:30~14:30		50名	旧小谷野小学校 体育館
	ヨガ(火曜日)	3・10・17・24	① 17:55~18:55	② 19:05~20:05	25名	お花茶屋地区センター 和室
			② 19:05~20:05			
水	健康ダーツ	4・11・18・25	13:30~15:30		20名	旧小谷野小学校 クラブ室①②
木	エアロビクス	5・12・19・26	10:00~11:15		30名	旧小谷野小学校 体育館
	ヨガ(木曜日)	5・12・19・26	① 9:55~10:55	② 11:05~12:05	22名	クラブハウス
			② 11:05~12:05		22名	
	元気アップ体操(四つ木)	5・12・19・26	①9:30~10:30	②10:40~11:40	30名	四つ木地区センター ホール
			②10:40~11:40		30名	
	グラウンド・ゴルフ	5・12・19・26	13:30~15:30		32名	旧小谷野小学校 校庭
気功(木曜日)	5・12・19・26	13:30~14:45		40名	南綾瀬地区センター ホール	
金	気功(金曜日)	6・13・27	10:00~11:15		40名	南綾瀬地区センター ホール
		20			堀切地区センター ホール	
	元気アップ体操(南綾瀬)	6・13・27	13:30~14:30		40名	南綾瀬地区センター ホール
		20			旧小谷野小学校 体育館	
いきいきチアダンス	6・13・20・27	10:00~11:00		30名	旧小谷野小学校 体育館	
土	卓球	7・14・21	10:00~12:00		30名	旧小谷野小学校 体育館
	硬式テニス	7・21	小学生	8:30~10:00	30名/2面	小菅東スポーツ公園テニスコート(A・B面)
		7・14・21	中学生~	10:00~12:00	40名/2面	
	ノルディックウォーキング	7・14・21	9:00~10:30		30名	クラブハウス(集合~解散)
	囲碁	7・14・21	13:00~15:00		20名	クラブハウス
	太極拳①	7・14・21	9:00~9:50 ※初心者向け		15名	南綾瀬地区センター 別館会議室(3F)
	太極拳②		10:00~10:50 ※初心者向け		15名	
	太極拳③		11:00~11:50		15名	
コーラス	14・21	13:30~15:00		40名	旧小谷野小学校 音楽室(3F)	

### 【参加時のお願い】

プログラム参加中や往復の移動中も水分補給に心がけ、各自での体調管理をお願いします。  
少しでも体調不良を感じる場合は無理をせずお休みしていただくよう重ねてお願いします。

### 【無料体験の受付】

現在、硬式テニス(中学生~)、太極拳は、定員数を超過しているため、無料体験の受付をお断りしております。

年末年始は、12/28(土)~1/5(日)の間、すべてのプログラム活動及び事務局業務をお休みにさせていただきます。  
ご理解のほどよろしくお願いいたします。