

平成29年度 2月 ももち体育館利用予定表（柔道室・剣道室）

（注：個人利用は次の区分に従い、団体利用が全面に入っていないければ利用できます。）

全面予約済みです。利用できません。
利用可能です。個人利用枠です。（ただし、やむを得ない事情により利用できない場合があります。）
利用可能です。ただし今後団体利用申込が入れば利用できません。
施設主催事業です。利用できません。

※変更の可能性があります。最新の行事予定についてはももち体育館にお問い合わせください。（TEL 851-4550）

平成30年3月12日 現在

日	曜	室名	9:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00	
1	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ボビー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自)ピラティスdeモテ体!4	
2	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
3	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
4	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2	OG0中央区ミックスパドミントン大会	個人利用		
5	月	柔道場 剣道場	個人利用 なぎなた木曜会	(自)ツールdeすっきり(月) エイティ卓球サークル	個人利用 太極拳愛好会百道クラブ		
6	火	柔道場 剣道場	スッカリ体操教室	リンパ自カ整体(自)リンパストレッチ1 もも卓会(卓球)		心と体のバランスヨガ (自)パラエティスステップ2/ダンスエアロ	
7	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 太極拳藤の会		空手道武流会 早良区剣道連盟	
8	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	忍者ナイン(体操) 百道ボビー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自)ピラティスdeモテ体!4	
9	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
10	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
11	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2		個人利用		
12	月	柔道場 剣道場	個人利用 ジャザサイズ	(自)ツールdeすっきり(月) 太極拳愛好会百道クラブ	個人利用		
13	火	柔道場 剣道場	保健福祉課 元気体操教室	リンパ自カ整体(自)リンパストレッチ1 済美会(なぎなた)	忍者ナイン(体操)	(自)パラエティスステップ2/ダンスエアロ	
14	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 太極拳藤の会		空手道武流会 早良区剣道連盟	
15	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ボビー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自)ピラティスdeモテ体!4	
16	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
17	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)		昇段審査受験者向け講習会 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
18	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2		個人利用		
19	月	柔道場 剣道場	定期点検日				
20	火	柔道場 剣道場	スッカリ体操教室 元気体操教室	リンパ自カ整体(自)リンパストレッチ1 もも卓会(卓球)	忍者ナイン(体操)	心と体のバランスヨガ (自)パラエティスステップ2/ダンスエアロ	
21	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 たんぼぼ(卓球)		空手道武流会	
22	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ボビー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自)ピラティスdeモテ体!4	
23	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
24	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
25	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2	ココカラ。(ピリピラティス) 0451日中友好協会太極拳福岡支部交流会	コスモスポーツクラブ(新体操)	コスモスポーツクラブ(新体操)	
26	月	柔道場 剣道場	個人利用 なぎなた木曜会	保健福祉課 太極拳愛好会百道クラブ	個人利用		
27	火	柔道場 剣道場	スッカリ体操教室 元気体操教室	リンパ自カ整体(自)リンパストレッチ1 もも卓会(卓球)	忍者ナイン(体操)	心と体のバランスヨガ (自)パラエティスステップ2/ダンスエアロ	
28	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 たんぼぼ(卓球)		空手道武流会 早良区剣道連盟	

※原則として、個人利用枠は次の通り設けておりますが、スポーツ教室がある場合は利用できませんので、上の日程表でご確認ください。

種目	曜日	時間帯	室名
柔道・空手・その他武道	月・金		柔道場 ※金15:00~21:00のみ
剣道・なぎなた・太極拳	金・日	9:00~21:00	剣道場 ※金12:00~21:00のみ
卓球	毎日		卓球場 ※水・木9:00~18:00、金18:00~21:00のみ

平成29年度 3月 ももち体育館利用予定表（柔道室・剣道室）

（注：個人利用は次の区分に従い、団体利用が全面に入っていない場合は利用できません。）

	全面予約済みです。利用できません。
	利用可能です。個人利用枠です。（ただし、やむを得ない事情により利用できない場合があります。）
	利用可能です。ただし今後団体利用申込が入れば利用できません。
	施設主催事業です。利用できません。

※変更の可能性があります。最新の行事予定についてはももち体育館にお問い合わせください。（TEL 851-4550）

平成30年3月12日 現在

日	曜	室名	9:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00	
1	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ボビー(卓球)	(自)ピラティスdeモテ体!	
2	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
3	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
4	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2	個人利用			
5	月	柔道場 剣道場	個人利用 なぎなた木曜会	(自)ツールdeすっきり(月) エイティ卓球サークル	個人利用 太極拳愛好会百道クラブ		
6	火	柔道場 剣道場	スッカリ体操教室 元気体操教室	リンパ(自)力整体【予備日】/リンパ(自)ストレッチ【予備日】 もも卓会(卓球)	忍者ナイン(体操)	心と体のバランスヨガ (自)パラエティスステップ2/ダンスエアロ	
7	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 太極拳藤の会	シルバー健康体操教室 たんぼぼ(卓球)		空手道武流会 早良区剣道連盟	
8	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ボビー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自)ピラティスdeモテ体!	
9	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室【予備日】 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
10	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
11	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2	052新極真会福岡支部春季昇級審査会	個人利用		
12	月	柔道場 剣道場	ももち街歩き なぎなた木曜会	(自)ツールdeすっきり(月) エイティ卓球サークル	個人利用 太極拳愛好会百道クラブ		
13	火	柔道場 剣道場	スッカリ体操教室 元気体操教室	済美会合同けいこ(なぎなた)	モナミ・キッズ(軽運動)	(自)パラエティスステップ2/ダンスエアロ	
14	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 太極拳藤の会	忍者ナイン(体操)	空手道武流会 早良区剣道連盟	
15	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室【予備日】	百道ボビー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自)ピラティスdeモテ体!	
16	金	柔道場 剣道場	個人利用 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
17	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
18	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2	個人利用			
19	月	柔道場 剣道場	定期点検日				
20	火	柔道場 剣道場	スッカリ体操教室 元気体操教室	もも卓会(卓球)		心と体のバランスヨガ (自)パラエティスステップ2【予備日】/ダンスエアロ【予備日】	
21	水	柔道場 剣道場	空手道型錬成大会				
22	木	柔道場 剣道場	(自)入門気功2【予備日】 太極拳教室(初・剣・経)		百道ボビー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室【予備日】 (自)ピラティスdeモテ体!【予備日】	
23	金	柔道場 剣道場	個人利用 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
24	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
25	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自)はじめてのピラティス2【予備日】	中国武術青蘭拳社	中国武術青蘭拳社	個人利用	
26	月	柔道場 剣道場	なぎなた木曜会	個人利用 フォローアップ教室	太極拳愛好会百道クラブ		
27	火	柔道場 剣道場	スッカリ体操教室 元気体操教室	済美会(なぎなた)	忍者ナイン(体操)	心と体のバランスヨガ【予備日】	
28	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 たんぼぼ(卓球)		空手道武流会 早良区剣道連盟	
29	木	柔道場 剣道場	太極拳教室(初・剣・経)		百道ボビー(卓球)		
30	金	柔道場 剣道場	個人利用 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自)ツールdeすっきり(金)	個人利用 個人利用		
31	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道)	

※原則として、個人利用枠は次の通り設けておりますが、スポーツ教室がある場合は利用できませんので、上の日程表でご確認下さい。

種目	曜日	時間帯	室名
柔道・空手・その他武道	月・金	9:00~21:00	柔道場 ※金15:00~21:00のみ
剣道・なぎなた・太極拳	金・日		剣道場 ※金12:00~21:00のみ
卓球	毎日		卓球場 ※水・木9:00~18:00、金18:00~21:00のみ

平成30年度 4月 ももち体育館利用予定表（柔道室・剣道室）

(注：個人利用は次の区分に従い、団体利用が全面に入っていない場合は利用できません。)
 全面予約済みです。利用できません。
 利用可能です。個人利用枠です。(ただし、やむを得ない事情により利用できない場合があります。)
 利用可能です。ただし今後団体利用申込が入れば利用できません。
 施設主催事業です。利用できません。

※変更の可能性があります。最新の行事予定についてはももち体育館にお問い合わせください。(TEL 851-4550)
 平成30年3月12日 現在

日	曜	室名	9:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00	
1	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自) はじめてのピラティス1		個人利用		
2	月	柔道場 剣道場	個人利用	(自) ツールdeすっきり(月)	個人利用		
3	火	柔道場 剣道場	なぎなた木曜会 スッキリ体操教室 元気体操教室	太極拳愛好会百道クラブ リンパ自力整体(自) リンパストレッチ1 もも卓会(卓球)	百道チアクラブ(チア)	心と体のバランスヨガ (自) パラエティステップ1/ダンスエアロ	
4	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 太極拳藤の会		空手道武流会 早良区剣道連盟	
5	木	柔道場 剣道場	(自) はじめてのヨガ1/ (自) 親子ヨガ1 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ポピー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自) ピラティスdeモテ体! 1	
6	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自) ツールdeすっきり(金)	個人利用	個人利用	
7	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) (O23) 技能検定1~3級受講者講習会	大庭体操教室	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
8	日	柔道場 剣道場	春季昇級審査会武術空手講習会 (自) はじめてのピラティス1	(O24) 技能検定2~5級受講者講習会	個人利用	個人利用	
9	月	柔道場 剣道場	個人利用	(自) ツールdeすっきり(月)	個人利用	個人利用	
10	火	柔道場 剣道場	なぎなた木曜会 スッキリ体操教室 元気体操教室	太極拳愛好会百道クラブ 済美会(なぎなた)	百道チアクラブ(チア)	心と体のバランスヨガ (自) パラエティステップ1/ダンスエアロ	
11	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 太極拳藤の会		空手道武流会 早良区剣道連盟	
12	木	柔道場 剣道場	(自) はじめてのヨガ1/ (自) 親子ヨガ1 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ポピー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自) ピラティスdeモテ体! 1	
13	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自) ツールdeすっきり(金)	個人利用	個人利用	
14	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	アザレインターナショナルどんたく隊 チャレンジジュニアスポーツ教室	アザレインターナショナルどんたく隊 大庭体操教室	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
15	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法) (自) はじめてのピラティス1		個人利用		
16	月	柔道場 剣道場	定期点検日				
17	火	柔道場 剣道場	スッキリ体操教室 元気体操教室	リンパ自力整体(自) リンパストレッチ1 もも卓会(卓球)		心と体のバランスヨガ (自) パラエティステップ1/ダンスエアロ	
18	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 たんぼぼ(卓球)	リラクゼーションヨガ1	空手道武流会 早良区剣道連盟	
19	木	柔道場 剣道場	(自) はじめてのヨガ1/ (自) 親子ヨガ1 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ポピー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自) ピラティスdeモテ体! 1	
20	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自) ツールdeすっきり(金)	個人利用	個人利用	
21	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) (O09) 公益社団法人日本武術太極拳連盟 公認太極拳B級指導員認定試験	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
22	日	柔道場 剣道場	(自) はじめてのピラティス1	アザレインターナショナルどんたく隊 (O10) 公益社団法人日本武術太極拳連盟公認太極拳B級指導員認定試	アザレインターナショナルどんたく隊	個人利用	
23	月	柔道場 剣道場	個人利用	(自) ツールdeすっきり(月)	個人利用	個人利用	
24	火	柔道場 剣道場	なぎなた木曜会 スッキリ体操教室 元気体操教室	太極拳愛好会百道クラブ 済美会(なぎなた)	百道チアクラブ(チア)	心と体のバランスヨガ (自) パラエティステップ1/ダンスエアロ	
25	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 たんぼぼ(卓球)	リラクゼーションヨガ1 忍者ナイン体操	早良区剣道連盟	
26	木	柔道場 剣道場	(自) はじめてのヨガ1/ (自) 親子ヨガ1 太極拳教室(初・剣・経)	自彊術教室	百道ポピー(卓球)	SLOW-FLOWヨガ教室 (自) ピラティスdeモテ体! 1	
27	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 (自) ツールdeすっきり(金)	個人利用	個人利用	
28	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ(卓球)	王丸道場(空手) チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室 国際空手道連盟極真会館福岡支部	合気会(合気道) 正道会館(空手)	
29	日	柔道場 剣道場	太極拳成道会(拳法)	ココカラ。(ピラティス)	個人利用		
30	月	柔道場 剣道場	個人利用				

※原則として、個人利用枠は次の通り設けておりますが、スポーツ教室がある場合は利用できませんので、上の日程表でご確認ください。

種目	曜日	時間帯	室名
柔道・空手・その他武道	月・金	9:00~21:00	柔道場 ※金15:00~21:00のみ
剣道・なぎなた・太極拳	金・日		剣道場 ※金12:00~21:00のみ
卓球	毎日		卓球場 ※水・木9:00~18:00、金18:00~21:00のみ

平成29年度 5月 ももち体育館利用予定表（柔道室・剣道室）

（注：個人利用は次の区分に従い、団体利用が全面に入っていない場合は利用できません。）

	全面予約済みです。利用できません。
	利用可能です。個人利用枠です。（ただし、やむを得ない事情により利用できない場合があります。）
	利用可能です。ただし今後団体利用申込が入れば利用できません。
	施設主催事業です。利用できません。

※変更の可能性があります。最新の行事予定についてはももち体育館にお問い合わせください。（TEL 851-4550）

平成30年3月12日 現在

日	曜	室名	9:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00
1	火	柔道場 剣道場	スッキリ体操教室	リンパ自力整体/（自）リンパストレッチ1		
2	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	もも卓会（卓球）	リラクゼーションヨガ1	空手道武流会 早良区剣道連盟
3	木	柔道場 剣道場				
4	金	柔道場 剣道場	個人利用		(O12)公益社団法人日本武術太極拳連盟公認太極拳C級指導員認定試	個人利用
5	土	柔道場 剣道場	こどもの日			
6	日	柔道場 剣道場	（自）はじめてのピラティス1	個人利用		
7	月	柔道場 剣道場	個人利用	（自）ツールdeすっきり(月)	個人利用	
8	火	柔道場 剣道場	スッキリ体操教室 元気体操教室	リンパ自力整体/（自）リンパストレッチ1 済美会(なぎなた)		心と体のバランスヨガ （自）パラエティスステップ1/ダンスエアロ
9	水	柔道場 剣道場	ヨガ同好会 カトリア卓球	シルバー健康体操教室 たんぼぼ（卓球）	リラクゼーションヨガ1	空手道武流会
10	木	柔道場 剣道場	（自）はじめてのヨガ1/（自）親子ヨガ1 太極拳教室（初・剣・経）	自彊術教室	百道ボビー（卓球）	SLOW-FLOWヨガ教室 （自）ピラティスdeモテ体！1
11	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 （自）ツールdeすっきり(金)	個人利用	
12	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室 弥生クラブ（卓球）	王丸道場（空手） チャレンジジュニアスポーツ教室	大庭体操教室	合気会（合気道） 正道会館（空手）
13	日	柔道場 剣道場	（自）はじめてのピラティス1	(O13)推手講習会(三段一次用)非受験者可	個人利用	
14	月	柔道場 剣道場	個人利用	（自）ツールdeすっきり(月)	個人利用	
15	火	柔道場 剣道場	スッキリ体操教室 元気体操教室	リンパ自力整体/（自）リンパストレッチ1		心と体のバランスヨガ （自）パラエティスステップ1/ダンスエアロ
16	水	柔道場 剣道場		シルバー健康体操教室	リラクゼーションヨガ1	
17	木	柔道場 剣道場	（自）はじめてのヨガ1/（自）親子ヨガ1 太極拳教室（初・剣・経）	自彊術教室		SLOW-FLOWヨガ教室 （自）ピラティスdeモテ体！1
18	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 （自）ツールdeすっきり(金)	個人利用	
19	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室	チャレンジジュニアスポーツ教室		
20	日	柔道場 剣道場	（自）はじめてのピラティス1	個人利用		
21	月	柔道場 剣道場	定期点検日			
22	火	柔道場 剣道場	スッキリ体操教室 元気体操教室	リンパ自力整体/（自）リンパストレッチ1		心と体のバランスヨガ （自）パラエティスステップ1/ダンスエアロ
23	水	柔道場 剣道場		シルバー健康体操教室	リラクゼーションヨガ1	
24	木	柔道場 剣道場	（自）はじめてのヨガ1/（自）親子ヨガ1 太極拳教室（初・剣・経）	自彊術教室		SLOW-FLOWヨガ教室 （自）ピラティスdeモテ体！1
25	金	柔道場 剣道場	リフレッシュ気功教室 エアロビクス体操教室	シルバー健康体操教室 （自）ツールdeすっきり(金)	個人利用	
26	土	柔道場 剣道場	シルバー健康体操教室	チャレンジジュニアスポーツ教室		
27	日	柔道場 剣道場	（自）はじめてのピラティス1	個人利用		
28	月	柔道場 剣道場	個人利用	（自）ツールdeすっきり(月)	個人利用	
29	火	柔道場 剣道場	スッキリ体操教室 元気体操教室	リンパ自力整体/（自）リンパストレッチ1		心と体のバランスヨガ （自）パラエティスステップ1/ダンスエアロ
30	水	柔道場 剣道場		シルバー健康体操教室	リラクゼーションヨガ1	
31	木	柔道場 剣道場	（自）はじめてのヨガ1/（自）親子ヨガ1 太極拳教室（初・剣・経）	自彊術教室		SLOW-FLOWヨガ教室 （自）ピラティスdeモテ体！1

※原則として、個人利用枠は次の通り設けておりますが、スポーツ教室がある場合は利用できませんので、上の日程表でご確認下さい。

種目	曜日	時間帯	室名
柔道・空手・その他武道	月・金		柔道場 ※金15:00~21:00のみ
剣道・なぎなた・太極拳	金・日	9:00~21:00	剣道場 ※金12:00~21:00のみ
卓球	毎日		卓球場 ※水・木9:00~18:00、金18:00~21:00のみ