

令和6年度 エアロビクス教室 開催日

<栗山公園健康運動センター・グリーンフィットネスルーム/水曜日 9:15~10:45>

4 月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	③	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	①⑦	18	19	20
21	22	23	②④	25	26	27
28	29	30				

5 月						
日	月	火	水	木	金	土
			①	2	3	4
5	6	7	⑧	9	10	11
12	13	14	①⑤	16	17	18
19	20	21	②②	23	24	25
26	27	28	②⑨	30	31	

6 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	⑤	6	7	8
9	10	11	①②	13	14	15
16	17	18	①⑨	20	21	22
23	24	25	②⑥	27	28	29
30						

7 月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	③	4	5	6
7	8	9	①⑩	11	12	13
14	15	16	①⑦	18	19	20
21	22	23	②④	25	26	27
28	29	30	③①			

8 月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	⑦	8	9	10
11	12	13	①④	15	16	17
18	19	20	②①	22	23	24
25	26	27	②⑧	29	30	31

9 月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	④	5	6	7
8	9	10	①①	12	13	14
15	16	17	①⑧	19	20	21
22	23	24	②⑤	26	27	28
29	30					

※ 8/ 13~16は事務局は夏休みです

10 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	②	3	4	5
6	7	8	①⑨	10	11	12
13	14	15	①⑥	17	18	19
20	21	22	②③	24	25	26
27	28	29	30	31		

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	⑥	7	8	9
10	11	12	①③	14	15	16
17	18	19	②⑩	21	22	23
24	25	26	②⑦	28	29	30

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	④	5	6	7
8	9	10	①①	12	13	14
15	16	17	①⑧	19	20	21
22	23	24	②⑤	26	27	28
29	30	31				

令和7年 1 月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	⑧	9	10	11
12	13	14	①⑤	16	17	18
19	20	21	②②	23	24	25
26	27	28	②⑨	30	31	

2 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	⑤	6	7	8
9	10	11	①②	13	14	15
16	17	18	①⑨	20	21	22
23	24	25	②⑥	27	28	

3 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	⑤	6	7	8
9	10	11	①②	13	14	15
16	17	18	①⑨	20	21	22
23	24	25	②⑥	27	28	29
30	31					

⑭ レッスン開催日

4 総合体育館・事務局(上水公園管理棟)休館日

22 日曜・祝日