



# 2023



# August



月	火	水	木	金	土	日
31	1 卓球 15:00~ 	2 体操 (キックベース) 13:00~	3 フィットネス (体幹トレーニング) 11:00~	4 ドッチボール 15:00~	5	6
7 ビジョントレーニング (バスケ) 15:00~	8 コーディネーション (ボールうんどう) 15:00~	9 体操 (サッカー) 13:00~	10 フィットネス (サーキット トレーニング) 11:00~	11 山の日 夏祭り 14:00~ 	12	13
14 夏祭り 14:00~ 	15 コーディネーション (体幹・ジャンプ) 15:00~	16 体操 (野球) 13:00~	17 フィットネス (ダンス) 11:00~	18 風船バレー 15:00~	19	20
21 ビジョントレーニング (サッカー) 15:00~	22 コーディネーション (ボールうんどう) 15:00~	23 体操 (ドッチボール) 13:00~	24 フィットネス (かけっこ・リレー) 11:00~	25 eスポーツ 15:00~	26	27
28 ビジョントレーニング (野球) 17:00~	29 コーディネーション (おにごっこ) 17:00~	30 体操 (サッカー) 17:00~	31 フィットネス (体幹トレーニング) 16:30~	1	2	3



\* 人数が多い場合はキャンセル待ちになる場合があります。  
 \* プログラムは変更する場合があります。ご理解の程よろしく申し上げます。

