

## 令和8年度 スポーツ教室実施計画 前期日程

**R8**

**4 月**

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
						お花見 ヨガ
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
					知覧 ヨガ①	
10	11	12	13	14	15	16
		川辺 ピラ①			知覧 ヨガ②	
17	18	19	20	21	22	23
		川辺 ピラ②			知覧 ヨガ③	
24	25	26	27	28	29	30
		川辺 ピラ③			知覧 ヨガ④	
31						

**6 月**

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

**7 月**

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

**8 月**

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

知覧ヨガ  
【知覧武道館】

穎娃ピラティス  
【穎娃文化会館研修室】仮

川辺ピラティス  
【諏訪体育館】

知覧 ヨガ	穎娃 ピラ	川辺 ピラ
7	7	7

計 21 回