

令和3年度前期(4月～7月) ヘルシーカレッジ講座 使用教室状況

教室	時間	月	場所	火	場所	水	場所	木	場所	金	場所	土	場所	
多目的ホール	午前	シェイプアップ 9:30～10:30	多目的	ボディシェイプ 10:30～11:45	多目的	シェイプアップ 10:00～11:00	多目的			シェイプアップ 10:00～11:00	多目的			
										リラクゼーションヨーガ 12:50～14:20	多目的			
	午後	ヨーガ 13:00～14:30	多目的	社交ダンス 14:00～16:00	多目的	自強術 13:00～14:30	多目的	ステップシェイプ 13:30～14:45	多目的	社交ダンス 14:30～16:30	多目的	体育教室(幼児) 13:30～14:30	多目的	
						キッズヒップホップ 16:50～17:50	多目的					体育教室(児童) 14:45～15:45	多目的	
	夜間	ヨーガ 18:30～20:00	多目的	ヨーガ 19:30～21:00	多目的	リラックス(癒し)ヨガ 18:15～19:30	多目的	スリムエクササイズ 18:15～19:15	多目的					
		バランスボディ 20:10～21:10	多目的			ピラティス 20:30～21:30	多目的			フィーリング・フラ 19:00～20:00	多目的			
									バランスボディ 20:10～21:10	多目的				
教養室	午前	初めての笑いヨガ 10:30～11:30	教養室			いけばな(小原流)(隔週) 10:00～11:30	教養室							
	午後							親子の英会話 15:00～15:50	教養室			茶道(表千家) 15:00～17:00	教養室	
									親子の英会話 15:55～16:45	教養室				
									やさしいジュニア英会話16:50～17:40	教養室				
	夜間								やさしいジュニア英会話17:45～18:35	教養室				
							茶道(表千家) 19:00～21:00	教養室	ジュニア英会話 18:40～19:30	教養室	茶道(表千家) 18:30～20:30	教養室		
教室	午前	英会話基礎Ⅱ 10:00～11:00	1152教室	楽しい俳句(隔週) 10:00～12:00	1151教室	フォークギター 10:00～11:00	1151教室			初心者の陶芸制作(隔週) 10:00～11:30	1152教室	英会話(初級の上) NEW	1124教室	
		英会話基礎Ⅰ 11:10～12:10	1152教室	朗読講座(隔週) 10:00～11:30	1151教室	やさしいウクレレ 11:15～12:15	1151教室					パソコン(活用コース) 9:30～10:40	1151・1152教室	
	午後	篆刻・刻字を含む書道全般 (月1)12:30～14:30	1124教室										ハンドクラフト(隔週) 10:00～12:00	1154教室
													写真教室(第4土:初心者) 10:00～12:00	1123教室
													写真教室(第3土:経験者) 10:00～12:00	1123教室
	夜間			朗読講座(隔週) 19:30～21:00	1151教室	英会話 初級 20:00～21:00	1151教室			はじめてのTOEIC 19:00～20:00	1153教室			
											英会話 超基礎 20:00～21:00	1152教室		
801教室	午前	太極拳 10:30～12:00	801教室	さわやかエクササイズ 9:50～11:20	801教室	フィーリング・フラ 9:30～10:30	801教室	らくらく健康体操 9:15～10:15	801教室	さわやかエクササイズ 9:20～10:50	801教室	ヨーガ 10:00～11:30	801教室	
				さわやかエクササイズ 11:25～12:55	801教室	ゆったり太極拳 10:40～12:10	801教室					ヨーガ 11:35～13:05	801教室	
	午後	太極拳 13:30～15:00	801教室										ヨーガ 13:10～14:40	801教室
夜間	太極拳 18:30～20:00	801教室	エアロビクス 18:30～19:30	802教室	ヨーガ 19:30～21:00	801教室						さわやかエクササイズ 19:00～20:30	801教室	
			ピラティス 20:00～21:00	801教室										
第2記念会館	午後			KIDS☆JUDO体操教室 15:30～16:30	柔道場									
				こども柔道塾 16:40～18:00	柔道場									