

# 2024年4月 NPO法人うえだミックススポーツクラブカレンダー

TEL0268-71-5392 (平日9時~17時営業)

月曜日	火曜日	水曜日 (活動時間)	木曜日 (活動時間)	金曜日 (活動時間)	土曜日 (活動時間)	日曜日	
		シニア教室 (9:30~11:00)	テニスクラブ (10:00~12:30)	金ヨガ (19:00~20:00)	スロージョギング® (7:30~8:30)		
		楽椅子教室 (9:30~10:30)	からだ調整教室 (10:15~11:30)	エンジョイバスケ (19:00~21:00)	運動あそび教室幼児 (9:00~10:00)		
		男ヨガ (19:40~20:40)	背骨コンディショニング (10:00~11:00)		運動あそび教室児童 (10:20~11:30)		
			午後ヨガ (13:30~14:30)				
			スキルアップバスケ (19:00~21:00)				
1	2	3	4	5	6	7	
		シニア教室 塩田公民館	テニスクラブ 自然運動公園屋内テニス	金ヨガ 塩田公民館	スロージョギング® 塩田公民館		
		楽椅子 塩田公民館	からだ調整教室 塩田公民館	エンジョイ ジュニアバスケ	運動あそび 塩田西小	自然運動公園	
		男ヨガ 塩田公民館	午後ヨガ 塩田公民館				
			スキルアップ ジュニアバスケ 自然運動公園				
8	9	10	11	12	13	14	
		シニア教室 塩田公民館	テニスクラブ 自然運動公園屋内テニス	金ヨガ 塩田公民館	ゆるチャリ倶楽部 塩田公民館	クラブ事務所	
		楽椅子 塩田公民館	背骨コンディショニング 塩田公民館	エンジョイ ジュニアバスケ			
		<del>男ヨガ</del> 休講	午後ヨガ 塩田公民館				
			スキルアップ ジュニアバスケ 自然運動公園				
15	16	17	18	19	20	21	
		シニア教室 塩田公民館	テニスクラブ 自然運動公園屋内テニス	金ヨガ 塩田公民館	スロージョギング® 塩田公民館		
		楽椅子 塩田公民館	からだ調整教室 塩田公民館	エンジョイ ジュニアバスケ			
		男ヨガ 塩田公民館	<del>午後ヨガ</del> 休講				
			スキルアップ ジュニアバスケ 自然運動公園				
22	23	24	25	26	27	28	
		シニア教室 塩田公民館	テニスクラブ 自然運動公園屋内テニス	<del>金ヨガ</del> 休講			
		楽椅子 塩田公民館	<del>背骨コンディショニング</del> 休講	エンジョイ ジュニアバスケ	塩田西小		
		<del>男ヨガ</del> 休講	午後ヨガ 塩田公民館				
			スキルアップ ジュニアバスケ 自然運動公園				
29	30	 <p>当クラブのチアリーディングチーム上田エンジェルススカイチームが、4/30~5/6アメリカフロリダで行われます、世界大会に出場決定しました。ご参加いただいている講座にて寄附受付中！</p>					
(昭和の日)							

4月より  
楽椅子教室は  
水曜日に  
変更になります

