

2025年7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 (活動時間)		火曜日 (活動時間)		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
ボディメイク (19:30~21:00)				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)		午後ヨガ (13:30~14:30)		エンジョイバスケット (19:00~21:00)		ゆるチャリ倶楽部 (9:30~11:30)		
				★ヨギーニ (11:00~12:00)		スキルアップバスケット (19:00~21:00)				運動あそび教室幼児 (9:00~10:00)		
				男ヨガ (19:40~20:40)								
		1		2		3		4		5		6
				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		午後ヨガ 塩田公民館		エンジョイジュニアバスケット 塩田西小				
				ヨギーニ 塩田公民館		スキルアップジュニアバスケット 自然運動公園						
				男ヨガ 塩田公民館								
7		8		9		10		11		12		13
ボディメイク® 塩田公民館				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 休講		ゆるチャリ倶楽部		クラブ事務所
				楽椅子 塩田公民館		午後ヨガ 塩田公民館		エンジョイジュニアバスケット 塩田西小		運動あそび		自然運動公園
				ヨギーニ 塩田公民館		スキルアップジュニアバスケット 自然運動公園						
				男ヨガ 塩田公民館								
14		15		16		17		18		19		20
				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		午後ヨガ 休講		エンジョイジュニアバスケット 塩田西小				
				ヨギーニ 塩田公民館		スキルアップジュニアバスケット 自然運動公園						
				男ヨガ 塩田公民館								
21		22		23		24		25		26		27
(海の日)				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				
				楽椅子 塩田公民館		午後ヨガ 塩田公民館		エンジョイジュニアバスケット 塩田西小				
				ヨギーニ 塩田公民館		スキルアップジュニアバスケット 自然運動公園						
				男ヨガ 休講								
28		29		30		31						
				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						
				楽椅子 塩田公民館		午後ヨガ 塩田公民館						
				ヨギーニ 塩田公民館		スキルアップジュニアバスケット 自然運動公園						
				男ヨガ 塩田公民館								

7月キャンペーン
7月中旬に4回以上定期講座に参加したら...
MIXオリジナルボールペンプレゼント



朝日方

- 会場: 塩田公民館
- 日程: 8/4~8/8 ※雨天中止
- 時間: 5:00~5:50
- 参加費: (会員)300円(一般)500円
- 持ち物: ヨガマット/飲み物

