

2025年10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	
				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 (19:00~21:00)		ゆるチャリ倶楽部 (9:30~11:30)			
				男ヨガ (19:40~20:40)		スキルアップバスケ (19:00~21:00)				運動あそび教室幼児 (9:00~10:00)			



ハロウィンキャンペーン

定期講座受付時に

【トリックアトリート】

と伝えと…お菓子がもらえるよ★