

2025(令和7)年

8月 予定表

2025.7.20

日	曜	午 前	場 所	午 後	場 所	外 部	夜 間	場 所
1	金	武術太極拳 10:00~11:30 2-1 ストレッチ体操 10:00~11:30 1-3 ターゲットハードゴルフ 9:00~11:30 グラウンド		バドミントン 1:00~4:00 体育館		ズンバ ふれあい 10:30~11:30 ふれあい バドミントン 18:30~20:30 体育館		
2	土			護身合気道 1:30~3:30 2-3 卓球 1:00~4:00 体育館				
3	日	卓球 9:30~12:00 体育館 バドミントン 9:30~12:00	体育館	バドミントン 1:00~4:00 体育館		ズンバゴールド南平 10:30~11:15 南平		
4	月	ヨーガ 9:00~12:00 2-1 ターゲットハードゴルフ 9:00~11:30 グラウンド バドミントン 9:30~12:00 体育館		卓球 1:00~4:00 体育館 バドミントン ズンバ 1:30~2:30 1-3 ズンバゴールド 3:00~3:45				
5	火	ストレッチ体操 10:00~11:30 2-1	2-1	ビーチボール 1:30~4:00 体育館 フラダンス 2:00~3:30 1-3				
6	水	スポーツW吹矢 10:00~12:00 2-1	2-1	卓球 1:00~4:00 体育館				
7	木	バドミントン 9:30~12:00 体育館 武術太極拳 10:00~11:30 2-1	体育館 2-1	卓球 1:00~4:00 体育館 ソフトエアロビクス 1:00~2:30 1-2 コーラス 1:30~3:00 1-3				
8	金	武術太極拳 10:00~11:30 2-1 ストレッチ体操 10:00~11:30 1-3 ターゲットハードゴルフ 9:00~11:30 グラウンド	2-1 1-3 グラウンド	バドミントン 1:00~4:00 体育館	体育館	ズンバ ふれあい 10:30~11:30 ふれあい バドミントン 18:30~20:30 体育館		
9	土	※事務所は開いていません		護身合気道 1:30~3:30 2-3 卓球 1:00~4:00 体育館 絵画 1:30~4:00 1-1 ポッチャミニ体験 1:30~4:00 1-3				
10	日	卓球 9:30~12:00 体育館 バドミントン 9:30~12:00	体育館	バドミントン 1:00~4:00 体育館				
11	月	ヨーガ 9:00~12:00 2-1 ターゲットハードゴルフ 9:00~11:30 グラウンド バドミントン 9:30~12:00 体育館		卓球 1:00~4:00 体育館 バドミントン ズンバ 1:30~2:30 1-3 ズンバゴールド 3:00~3:45 書道 2:00~4:00 1-1				
12	火	ストレッチ体操 10:00~11:30 2-1	2-1	ビーチボール 1:30~4:00 体育館				
13	水	<div style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">夏期休業</div> <div style="font-size: 1.5em; font-weight: bold; color: red; margin-top: 10px;">8月13日(水)~16日(土)</div>						
14	木							
15	金							
16	土							

※8/19 ~ 8/23 ラジオ体操を行います (6:25-6:40)



2025(令和7)年

8月 予定表

2025.7.20

日	曜	午 前	場 所	午 後	場 所	外 部	夜 間	場 所
17	日	卓球 9:30~12:00 バドミントン 9:30~12:00	体育館	バドミントン 1:00~4:00	体育館	ズンバゴールド南平	10:30~11:15	南平
18	月	ヨガ 9:00~12:00 ターゲットハートゴルフ 9:00~11:30 バドミントン 9:30~12:00	2-1 グラウンド 体育館	卓球 1:00~4:00 バドミントン ズンバ 1:30~2:30 ズンバゴールド 3:00~3:45 書道 2:00~4:00	体育館 1-3 1-1	男の料理 ふれあい	休み	ふれあい
19	火	ストレッチ体操 10:00~11:30	2-1	ビーチボール 1:30~4:00 フラダンス 2:00~3:30	体育館 1-3	ラジオ体操8/19~8/23		
20	水	スポーツW吹矢 10:00~12:00	2-1	卓球 1:00~4:00 茶道 1:00~4:00	体育館 2-3			
21	木	バドミントン 9:30~12:00 武術太極拳 10:00~11:30	体育館 2-1	卓球 1:00~4:00 ソフトエアロビクス 1:00~2:30	体育館 1-2			
22	金	武術太極拳 10:00~11:30 ストレッチ体操 10:00~11:30 ターゲットハートゴルフ 9:00~11:30	2-1 1-3 グラウンド	バドミントン 1:00~4:00	体育館			
23	土	※事務所は開いていません		護身合気道 1:30~3:30 卓球 1:00~4:00 絵画 1:30~4:00	2-3 体育館 1-1			
24	日	卓球 9:30~12:00 バドミントン 9:30~12:00	体育館	バドミントン 1:00~4:00	体育館			
25	月	ヨガ 9:00~12:00 ターゲットハートゴルフ 9:00~11:30 バドミントン 9:30~12:00	2-1 グラウンド 体育館	卓球 1:00~4:00 バドミントン ズンバ 1:30~2:30 ズンバゴールド 3:00~3:45	体育館 1-3			
26	火	ストレッチ体操 10:00~11:30	2-1	ビーチボール 1:30~4:00	体育館			
27	水	スポーツW吹矢 10:00~12:00	2-1	卓球 1:00~4:00	体育館			
28	木	バドミントン 9:30~12:00 武術太極拳 10:00~11:30	体育館 2-1	卓球 1:00~4:00 ソフトエアロビクス 1:00~2:30 コーラス 1:30~3:00	体育館 1-2 1-3			
29	金	武術太極拳 10:00~11:30 ストレッチ体操 10:00~11:30 ターゲットハートゴルフ 9:00~11:30	2-1 1-3 グラウンド	バドミントン 1:00~4:00	体育館	ズンバ ふれあい 10:30~11:30	ふれあい	バドミントン 18:30~20:30 体育館
30	土	※事務所は開いていません		護身合気道 1:30~3:30 卓球 1:00~4:00 ポッチャミニ体験 1:30~4:00	2-3 体育館 1-3			
31	日	卓球 9:30~12:00 バドミントン 9:30~12:00	体育館	バドミントン 1:00~4:00	体育館			

※8/19 ~ 8/23 ラジオ体操を行います (6:25-6:40)



一般社団法人 平山台文化スポーツクラブ TEL 042-506-9979