



曜日	教室名	時間	実施場所	対象	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮
月	大会の開催や、警報による中止などにより変更となる場合がございます。																		
	太極拳	15:45-16:45	多目的室	16歳以上	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/4	3/11	3/18	3/25					
	幼児体操教室	15:30-16:30	競技場	3歳～未就学児	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/4	3/11	3/18	3/25					
	小学生体操教室	17:00-18:00	競技場	小学1～4年生	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/4	3/11	3/18	3/25					
	実力UP卓球	19:00-20:30	競技場	小中／大人	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/4	3/11	3/18	3/25					
火	朝ヨガ	9:30－10:30	多目的室	16歳以上	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
	卓球（昼の部）	11:00-12:50	競技場	16歳以上	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
	バドミントン（昼の部）	11:00-12:50	競技場	16歳以上	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
	卓球（小中学生）	17:00-18:50	競技場	小・中学生	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
	バドミントン（小中学生）	17:00-18:50	競技場	小・中学生	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
	卓球（夜の部）	19:00-20:50	競技場	16歳以上	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
	バドミントン（夜の部）	19:00-20:50	競技場	16歳以上	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
	音浴ヨガ	19:20-20:35	多目的室	16歳以上	1/9	1/16	1/23	1/30	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19					
水	みんなでエアロ	9:45-10:45	競技場	16歳以上	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13					
	昼ヨガ	11:30-12:30	多目的室	16歳以上	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13					
	シェイプアップ（託児付）	13:30-14:30	多目的室	16歳以上	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13					
金	親子体操	9:30-10:30	多目的室	1・2歳児とその保護者	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15					
	健康トレーニング	13:30-14:30	多目的室	16歳以上	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15					
	キッズダンス	17:20-18:20	多目的室	小学生	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15					
	週替わりレッスン	19:30-20:30	多目的室	16歳以上	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15					
	神戸ストークスバスケットボールスクール(キッズ)	17:00-17:55	競技場	小学1～3年生	神戸ストークスバスケットボールスクールはスクール制（通期制）です。退会の届け出がない限り、継続受講となります。 日程は別途カレンダーをご確認ください。														
	神戸ストークスバスケットボールスクール(ジュニア)	17:55-18:50	競技場	小学4～6年生															