



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 リズム体操	3	4 バスケット	5	6 ラケット
7	8 姿勢改善	9 レクリエーション フラダンス	10 ヨガ 歌	11 バスケット	12	13
14	15(祝) 生涯スポーツ フェス	16 リズム体操	17	18 バスケット	19 ラケット	20
21	22 姿勢改善	23 レクリエーション フラダンス	24	25	26	27
28	29 姿勢改善	30	31 ヨガ (3F創作室)	※時間は下記 	ご確認ください 	

姿勢改善教室	10:00~11:00	3F多目的室
リズム体操(ストレッチ)教室	10:00~11:00	3F多目的室
レクリエーション教室	13:45~15:15	2F集会室
フラダンス教室	20:00~21:00	3F多目的室
健康体操(ヨガ)教室	10:00~11:00	3F多目的室
歌(童謡・民謡)教室	11:20~12:20	3F多目的室
ラケット(卓球他)教室	18:30~21:00	体育館
バスケットボール塾		体育館
小学生(4年生~6年生)	18:00~19:15	中学生19:30~20:45

◇生涯スポーツフェス◇

7月15日(月・祝) 市民プラザ体育館  
9:30~11:30

子どもから大人まで誰でもできるレクリエーションスポーツを一緒に楽しみませんか。親子で楽しめます。詳しくはホームページか右記へ

参加する皆さんでつくる“クラブ”です。  
体にいい事、楽しい事などいろいろな  
“きっかけ”づくりしませんか



問い合わせは...  
NPO法人  
門真はすねクラブ  
090(2707)9769 山田  
090(8144)8075 初波  
090(5255)9971 政

門真はすねクラブ