



6月の日程表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		19:00 運動遊び	10:00 軽っこ致		10:00 60歳健康	
		会場...軽運動室	14:00 軽っこ平	14:00 ピラティス		14:00 土曜ヨガ
	19:30 バドミントン	19:00 火曜ヨガ			19:00 体幹トレ	
8	9	10	11	12	13	14
	19:00 キッズダンス	14:00 運動不足	10:00 軽っこ致	9:45 ウォーキング	10:00 60歳健康	10:00 ピラティス
	会場...大研修室	19:00 火曜ヨガ	14:00 軽っこ平	14:00 ピラティス	14:00 リズム体総	14:00 エアロビクス
	19:30 バドミントン	会場...舞と音楽のホール			19:00 体操	
15	16	17	18	19	20	21
			10:00 軽っこ致		10:00 60歳健康	
		19:00 運動遊び	14:00 軽っこ平	14:00 ピラティス	13:00 障がい者スポーツ	14:00 土曜ヨガ
	19:30 バドミントン	19:00 火曜ヨガ			19:00 体幹トレ	
22	23	24	25	26	27	28
		10:00 モルック	10:00 軽っこ致	9:45 ウォーキング	10:00 60歳健康	10:00 ピラティス
	19:00 キッズダンス	会場...軽運動室	14:00 軽っこ平	14:00 ピラティス	14:00 リズム体総	14:00 エアロビクス
	19:30 バドミントン	19:00 火曜ヨガ	会場...舞と音楽のホール		19:00 体操	
29	30	<div data-bbox="311 1212 1416 1709" data-label="Complex-Block"> <p>ウォーキング教室は豊田コミセン集合です。</p> <p>6月中旬から7月中旬は紫陽花が見頃を迎えます。紫や青、ピンクなどカラフルな花を咲かせる紫陽花ですが、土壌の酸度によって花の色が変化し、アルカリ性では赤、酸性では青くなります。</p> <p>梅雨の時期に、清涼感を与えてくれる紫陽花を見ながら散策するのもおすすめです。</p> </div>				
19:30 バドミントン						

東北地方は6月中旬に梅雨入りする見込みで、平年並みか遅い傾向にあると予想されています。

長井花のまちスポーツクラブ事務局
 〒993-0041 山形県長井市九野本1235-1
 長井市置賜生涯学習プラザ内
 TEL 0238-87-0187 FAX 0238-87-0178
 MAIL hanaspo@e.jan.ne.jp
 HP <http://www.nagai-hanaspo.jp>
 インスタでも日程をご確認いただけます！
 ぜひご覧ください♪


