

2026年10月 摩周ふれあいスポーツクラブ予定表

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
ミニテニス							
夜 卓球					19:00～		
バドミントン					19:00～		
昼 卓球					休講		
ボディコンディショニング							
ヨガ					19:00～ 福祉センター2F和室		
やさしいボディコンディショニング					13:30～ 修武館		
	5	6	7	8	9	10	11
ミニテニス	19:00～						
夜 卓球	19:00～				19:00～		
バドミントン	19:00～				19:00～		
昼 卓球		13:00～			13:00～		
ボディコンディショニング			19:00～				
ヨガ					19:00～		
やさしいボディコンディショニング					13:30～ 修武館		
	12	13	14	15	16	17	18
ミニテニス	休講						
夜 卓球	休講				19:00～		
バドミントン	休講				19:00～		
昼 卓球			13:00～		13:00～		
ボディコンディショニング			19:00～				
ヨガ					19:00～		
やさしいボディコンディショニング					13:30～ 修武館		
	19	20	21	22	23	24	25
ミニテニス	19:00～						
夜 卓球	19:00～				19:00～		
バドミントン	19:00～				19:00～		
昼 卓球				13:00～	13:00～		
ボディコンディショニング			19:00～				
ヨガ					休講		
やさしいボディコンディショニング					13:30～ 修武館		
	26	27	28	29	30	31	
ミニテニス	19:00～						
夜 卓球	19:00～				19:00～		
バドミントン	19:00～				19:00～		
昼 卓球			13:00～		13:00～		
ボディコンディショニング			19:00～				
ヨガ					19:00～		
やさしいボディコンディショニング					13:30～ 修武館		

※昼卓球は、基本(水)(金)開催ですが、場所の関係により曜日が変動することがあります。