２０２４年度 スポｎｅｔなんぶ　スクール活動・フロアプログラムカレンダー

大人版

◎印　日祝開館（9:30～19:00）

【スクール活動（月謝制）の休講日】　**休** の表示があるところは、スクール活動は休講日です。

該当となる活動は、アクアウォーキング、アクアフィットネス、ファーストスイム、しあわせスイム、いこい荘トレーニングです。

【当日制フロアプログラム（いこい荘の活動も含む）開催日】　以下の表記のあるところが開催日となります。

エ エアロビクス	太/般 太極拳（一般）	ヨ/初 しあわせヨーガ（初級）	ni niko　yoga	ダ エンジョイダンス
ウ ｳｪｰﾌﾞｽﾄﾚｯﾁ	太/入 太極拳（入門）	ヨ/中 しあわせヨーガ（中級）	カ ｶﾗﾀﾞ ほぐしヨガ	エ/フ エアロ・フィットネス
健ヨ 健康ヨーガ	チエ チェアビクス	ハヨ ハッピーヨガ	… いこい荘での活動	

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1 ダ 休	2 太/入 ヨ/初 チエ 休	3 休	4 休館日	5 休	6 休
7 ◎	8 健ヨ ウ ダ	9 太/般 ヨ/初 チエ ni	10 ヨ/中 エ/フ	11 ハヨ 休館日	12 エ カ	13
14 ◎	15 健ヨ ウ ダ	16 太/入 チエ ni	17 ヨ/中 エ/フ	18 休館日	19 エ カ	20
21 ◎	22 健ヨ ウ ダ	23 太/般 ヨ/初 チエ ni	24 ヨ/中 エ/フ	25 ハヨ 休館日	26 エ カ	27
28 ◎ ＊	29 ◎ ＊ 休	30 ni ＊ 休	＊4/28（日）~5/1（水）はプールのみ休業（清掃のため）となります。◎印がある日は、プール以外は9:30～19:00の開館時間となります。			

5月

日	月	火	水	木	金	土
			1 ヨ/中 エ/フ ＊ 休	2 休館日	3 ◎ 休	4 ◎ 休
5 ◎	6 ◎ 休	7 太/入 ヨ/初 チエ ni	8 ヨ/中 エ/フ	9 ハヨ 休館日	10 エ カ	11
12 ◎	13 健ヨ ウ ダ	14 太/般 ヨ/初 チエ ni	15 ヨ/中 エ/フ	16 休館日	17 エ カ	18
19 ◎	20 健ヨ ウ ダ	21 太/入 チエ ni	22 ヨ/中 エ/フ	23 ハヨ 休館日	24 エ カ	25
26 ◎	27 健ヨ ウ ダ	28 太/般 ヨ/初 チエ ni	29 ヨ/中 エ/フ	30 休館日	31 エ カ	

6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 ◎	3 健ヨ ウ ダ	4 太/入 ヨ/初 チエ ni	5 ヨ/中 エ/フ	6 休館日	7 エ カ	8
9 ◎	10 健ヨ ウ ダ	11 太/般 ヨ/初 チエ ni	12 ヨ/中 エ/フ	13 ハヨ 休館日	14 エ カ	15
16 ◎	17 健ヨ ウ ダ	18 太/入 チエ ni	19 ヨ/中 エ/フ	20 休館日	21 エ カ	22
23 ◎	24 健ヨ ウ ダ	25 太/般 ヨ/初 チエ ni	26 ヨ/中 エ/フ	27 ハヨ 休館日	28 エ カ	29
30 ◎						

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1 健ヨ ウ ダ	2 太/入 ヨ/初 チエ ni	3 ヨ/中 エ/フ	4 休館日	5 エ カ	6
7 ◎	8 健ヨ ウ ダ	9 太/般 ヨ/初 チエ ni	10 ヨ/中 エ/フ	11 ハヨ 休館日	12 エ 休	13 休
14 ◎	15 ◎ 休	16 太/入 チエ ni 休	17 ヨ/中 エ/フ 休	18 休館日	19 エ カ	20
21 ◎	22 健ヨ ウ ダ	23 太/般 ヨ/初 チエ ni	24 ヨ/中 エ/フ	25 ハヨ 休館日	26 エ カ	27
28 ◎	29 健ヨ ウ ダ	30 チエ ni	31 ヨ/中 エ/フ			

8月

日	月	火	水	木	金	土
				1 休館日	2 エ カ	3
4 ◎	5 健ヨ ウ ダ	6 太/入 ヨ/初 チエ ni	7 ヨ/中 エ/フ	8 ハヨ 休館日	9 エ カ	10
11 ◎	12 ◎ 休	13 ◎ 休	14 休	15 休館日	16 休	17 休
18 ◎	19 健ヨ ウ ダ	20 太/入 チエ ni	21 ヨ/中 エ/フ	22 ハヨ 休館日	23 エ カ	24
25 ◎	26 健ヨ ウ ダ	27 太/般 ヨ/初 チエ ni	28 ヨ/中 エ/フ	29 休館日	30 エ カ	31

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 健ヨ ウ ダ	3 太/入 ヨ/初 チエ ni	4 ヨ/中 エ/フ	5 休館日	6 エ カ	7
8 ◎	9 健ヨ ウ ダ	10 太/般 ヨ/初 チエ ni	11 ヨ/中 エ/フ	12 ハヨ 休館日	13 エ カ	14
15 ◎	16 ◎ 休	17 太/入 チエ ni	18 ヨ/中 エ/フ	19 休館日	20 エ	21
22 ◎	23 ◎	24 太/般 ヨ/初 チエ ni	25 ヨ/中 エ/フ	26 ハヨ 休館日	27 エ カ	28
29 ◎	30 健ヨ ウ ダ					

◎印　日祝開館（9:30～19:00）

【スクール活動（月謝制）の休講日】　**休** の表示があるところは、スクール活動は休講日です。

大人版

【当日制フロアプログラム（いこい荘の活動も含む）開催日】　以下の表記のあるところが開催日となります。

エ エアロビクス　太/般 太極拳（一般）　ヨ/初 しあわせヨーガ（初級）　ni niko　yoga　ダ エンジョイダンス

ウ ｳｪｰﾌﾞｽﾄﾚｯﾁ　太/入 太極拳（入門）　ヨ/中 しあわせヨーガ（中級）　カ ｶﾗﾀﾞほぐしヨガ　エ/フ エアロフィットネス

健ヨ 健康ヨーガ　チエ チェアビクス　ハヨ ハッピーヨガ　…　いこい荘での活動

10月

日	月	火	水	木	金	土
		1 太/入 ヨ/初 ni チエ	2 ヨ/中 エ/フ	3 休館日	4 エ カ	5
6 ◎	7 健ヨ ウ ダ	8 太/般 ヨ/初 ni チエ	9 ヨ/中 エ/フ	10 ハヨ 休館日	11 カ エ 休	12 休
13 ◎	14 ◎ 休	15 太/入 チエ ni 休	16 ヨ/中 エ/フ 休	17 休館日	18 エ カ	19
20 ◎	21 健ヨ ウ ダ	22 太/般 ヨ/初 チエ ni	23 ヨ/中 エ/フ	24 休館日	25 エ	26
27 ◎	28 健ヨ ウ ダ	29 チエ ni	30 ヨ/中 エ/フ	31 休館日		

11月

日	月	火	水	木	金	土
					1 エ カ	2
3 ◎	4 ◎	5 太/入 ヨ/初 チエ ni	6 ヨ/中 エ/フ	7 休館日	8 エ カ	9
10 ◎	11 健ヨ ウ ダ	12 太/般 ヨ/初 チエ ni	13 ヨ/中 エ/フ	14 ハヨ 休館日	15 エ カ	16
17 ◎	18 健ヨ ウ ダ	19 太/入 チエ ni 休	20 ヨ/中 エ/フ 休	21 休館日	22 カ エ 休	23 ◎ 休
24 ◎	25 健ヨ ウ ダ	26 太/般 ヨ/初 チエ ni	27 ヨ/中 エ/フ	28 ハヨ 休館日	29 カ	30

12月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 健ヨ ウ ダ	3 太/入 ヨ/初 ni チエ	4 ヨ/中 エ/フ	5 休館日	6 エ カ	7
8 ◎	9 健ヨ ウ ダ	10 太/般 ヨ/初 ni チエ	11 ヨ/中 エ/フ	12 ハヨ 休館日	13 エ カ	14
15 ◎	16 健ヨ ウ ダ	17 太/入 チエ ni	18 ヨ/中 エ/フ	19 休館日	20 エ カ	21
22 ◎	23 健ヨ ウ ダ	24 太/般 ni ヨ/初 チエ 休	25 ヨ/中 エ/フ 休	26 ハヨ 休館日	27 カ エ 休	28 休
29 ◎ 休館日	30 休館日	31 休館日				

1月

日	月	火	水	木	金	土
			1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 休
5 ◎	6 健ヨ ウ ダ	7 太/入 ヨ/初 チエ ni	8 ヨ/中 エ/フ	9 ハヨ 休館日	10 エ カ	11
12 ◎	13 ◎ 休	14 太/般 ヨ/初 チエ ni	15 ヨ/中 エ/フ	16 休館日	17 エ カ	18
19 ◎	20 健ヨ ウ ダ	21 太/入 チエ ni	22 ヨ/中 エ/フ	23 ハヨ 休館日	24 エ カ	25
26 ◎	27 健ヨ ウ ダ	28 太/般 ヨ/初 チエ ni	29 ヨ/中 エ/フ	30 休館日	31 エ	

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 ◎	3 健ヨ ウ ダ	4 太/入 ヨ/初 チエ ni	5 ヨ/中 エ/フ	6 休館日	7 エ カ	8
9 ◎	10 健ヨ ウ ダ	11 ◎ 休	12 ヨ/中 エ/フ 休	13 ハヨ 休館日	14 カ エ 休	15 休
16 ◎	17 健ヨ ウ ダ	18 太/入 チエ ni	19 ヨ/中 エ/フ	20 休館日	21 エ カ	22
23 ◎	24 ◎ 休	25 太/般 ヨ/初 チエ ni	26 ヨ/中 エ/フ	27 ハヨ 休館日	28 エ カ	

3月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 ◎	3 健ヨ ウ ダ	4 太/入 ヨ/初 チエ ni	5 ヨ/中 エ/フ	6 休館日	7 エ カ	8
9 ◎	10 健ヨ ウ ダ	11 太/般 ヨ/初 チエ ni	12 ヨ/中 エ/フ	13 ハヨ 休館日	14 エ カ	15
16 ◎	17 健ヨ ウ ダ	18 太/入 チエ ni	19 ヨ/中 エ/フ	20 休館日	21 エ カ	22
23 ◎	24 健ヨ ウ ダ	25 太/般 ヨ/初 チエ ni	26 ヨ/中 エ/フ	27 ハヨ 休館日	28 エ カ	29
30 ◎	31 健ヨ ウ ダ					

ＮＰＯ法人南部町総合型地域スポーツクラブ　スポnetなんぶ

TEL0859-66-5400　ホームページ：https://www.suponetnanbu.jp/