

【 令和7年度 ボディメンテナンスと有酸素運動 】

教室実施日一覧表

月	曜日	月	曜日	月	曜日	月	曜日
4/2	水	7/2	水	10/1	水	1/7	水
4/9	//	7/9	//	10/8	//	1/14	//
4/16	//	7/16	//	10/15	//	1/21	//
4/23	//	8/6	//	10/22	//	1/28	//
4/30	//	8/13	//	11/5	//	2/4	//
5/7	//	8/20	//	11/12	//	2/18	//
5/14	//	8/27	//	11/19	//	2/25	//
5/21	//	9/3	//	11/26	//	3/4	//
5/28	//	9/10	//	12/3	//	3/11	//
6/4	//	9/17	//	12/10	//	3/18	//
6/11	//	9/24	//	12/17	//	3/25	//
6/18	//			12/24	//		
6/25	//						

※日程は都合により変更となる場合がございます。ご了承いただきますようお願いいたします。

時 間 11時30分～12時30分

場 所 俵田翁記念体育館

主 催 (公財)宇部市スポーツ協会

※令和6年4月1日より公益財団法人宇部市体育協会から【公益財団法人宇部市スポーツ協会】へ名称を変更いたしました。