

注意:講師の都合により、日程は変更される場合がありますのでご注意ください。

| 4月 | 実施時間帯 | | | 5月 | 実施時間帯 | | | 6月 | 実施時間帯 | | | 7月 | 実施時間帯 | | | 8月 | 実施時間帯 | | | 9月 | 実施時間帯 | | | | | | | | |
|----|-------|---------------------|---------------------------|----|-------|---------------------|---------------------------|--------|-------|---------------------|---------------------------|---------------------------|-------|----|---------------------|---------------------------|---------------------|--------|----|---------------------|---------------------------|---------------------|--------|----|---------------------|---------------|---------------------------|--------|--|
| | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | | | | | |
| 1 | 月 | | バドミントン | 1 | 水 | テニス | | 1 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 1 | 月 | | バドミントン | | 1 | 木 | | エアロビ | ミニバス | 1 | 日 | | | テニス 女子サッカー | | |
| 2 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 2 | 木 | | | 2 | 日 | | テニス 女子サッカー | | 2 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | | 2 | 金 | | | 剣道 | 2 | 月 | | | | バドミントン | |
| 3 | 水 | テニス カローリング | | 3 | 金 | | 剣道 | 3 | 月 | | | バドミントン | 3 | 水 | テニス カローリング | | | 3 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 3 | 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | | |
| 4 | 木 | | エアロビ | 4 | 土 | 女子サッカー | | 4 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | | 4 | 木 | | エアロビ | ミニバス | 4 | 日 | | テニス 女子サッカー | | 4 | 水 | テニス カローリング | | | | |
| 5 | 金 | | 剣道 | 5 | 日 | | テニス 女子サッカー | 5 | 水 | テニス カローリング | | | 5 | 金 | | 剣道 | | 5 | 月 | | | バドミントン | 5 | 木 | | エアロビ | ミニバス | | |
| 6 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 6 | 月 | | | 6 | 木 | | エアロビ | ミニバス | 6 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 6 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | | 6 | 金 | | | 剣道 | | |
| 7 | 日 | | テニス 女子サッカー | 7 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 7 | 金 | | 剣道 | | 7 | 日 | | テニス 女子サッカー | | 7 | 水 | テニス カローリング | | | 7 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | |
| 8 | 月 | | バドミントン | 8 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 8 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 8 | 月 | | バドミントン | | 8 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | 8 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | | |
| 9 | 火 | | 剣道・バドミントン 女子サッカー | 9 | 木 | 元気アップ | | 9 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 9 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | 9 | 金 | | フラダンス | 剣道 | 9 | 月 | | | バドミントン | | |
| 10 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 10 | 金 | | フラダンス | 10 | 月 | | | バドミントン | 10 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 10 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 10 | 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | |
| 11 | 木 | 元気アップ | | 11 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 11 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | 11 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | 11 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 11 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | | |
| 12 | 金 | | フラダンス | 12 | 日 | | 女子サッカー | 12 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 12 | 金 | | フラダンス | 剣道 | 12 | 月 | | | | 12 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | | |
| 13 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 13 | 月 | | | 13 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | 13 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 13 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | 13 | 金 | | フラダンス | 剣道 | | |
| 14 | 日 | | 女子サッカー | 14 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 14 | 金 | | フラダンス | 剣道 | 14 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 14 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 14 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | |
| 15 | 月 | | バドミントン | 15 | 水 | テニス・ カローリング | | 15 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 15 | 月 | | | | 15 | 木 | | エアロビ | ミニバス | 15 | 日 | | テニス 女子サッカー | | | |
| 16 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 16 | 木 | 元気アップ | エアロビ | ミニバス | 16 | 日 | | テニス 女子サッカー | 16 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | | 16 | 金 | | | 剣道 | 16 | 月 | | | | | |
| 17 | 水 | テニス カローリング | | 17 | 金 | | | 剣道 | 17 | 月 | | | 17 | 水 | テニス カローリング | | | 17 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 17 | 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | |
| 18 | 木 | | エアロビ | 18 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 18 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 18 | 木 | | エアロビ | ミニバス | 18 | 日 | | テニス 女子サッカー | | 18 | 水 | テニス カローリング | | | | |
| 19 | 金 | | 剣道 | 19 | 日 | | テニス 女子サッカー | 19 | 水 | テニス カローリング | | | 19 | 金 | | 剣道 | | 19 | 月 | | | バドミントン | 19 | 木 | | エアロビ | ミニバス | | |
| 20 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 20 | 月 | | | バドミントン | 20 | 木 | | エアロビ | ミニバス | 20 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 20 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | 20 | 金 | | | 剣道 | |
| 21 | 日 | | テニス 女子サッカー | 21 | 火 | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 21 | 金 | | 剣道 | | 21 | 日 | | テニス 女子サッカー | | 21 | 水 | テニス カローリング | | | 21 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | |
| 22 | 月 | | バドミントン | 22 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 22 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 22 | 月 | | バドミントン | | 22 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | 22 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | | |
| 23 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 23 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | 23 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 23 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | 23 | 金 | | フラダンス | 剣道 | 23 | 月 | | | | |
| 24 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 24 | 金 | | フラダンス | 剣道 | 24 | 月 | | バドミントン | 24 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 24 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 24 | 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | |
| 25 | 木 | 元気アップ | | 25 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 25 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 25 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | 25 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 25 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | | |
| 26 | 金 | | フラダンス | 26 | 日 | | テニス 女子サッカー | 剣道 | 26 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 26 | 金 | | フラダンス | 剣道 | 26 | 月 | | | バドミントン | 26 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | |
| 27 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 27 | 月 | | | バドミントン | 27 | 木 | 元気アップ | | ミニバス | 27 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 27 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | | 27 | 金 | | フラダンス | 剣道 | |
| 28 | 日 | | 女子サッカー | 28 | 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 28 | 金 | | フラダンス | 剣道 | 28 | 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 28 | 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 28 | 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | |
| 29 | 月 | | | 29 | 水 | テニス カローリング | | | 29 | 土 | 女子サッカー | 卓球 | | 29 | 月 | | | バドミントン | 29 | 木 | | | | 29 | 日 | | 女子サッカー | | |
| 30 | 火 | | 剣道・ 女子サッカー | 30 | 木 | | エアロビ | ミニバス | 30 | 日 | | 女子サッカー | 30 | 火 | | 剣道 女子サッカー | | 30 | 金 | | | 剣道 | 30 | 月 | | | | バドミントン | |
| | | | | 31 | 金 | | | 剣道 | | | | | 31 | 水 | テニス カローリング | | | 31 | 土 | 女子サッカー | 卓球 | | | | | | | | |

<教室会場> 会場変更もありますのでご注意ください。

| | |
|-------------------------|--------------------------|
| 剣道(休日も開催) | 南河内第二中学校柔剣道場 |
| ピラティス | 南河内武道館 |
| 社交ダンス | 野澤ダンススクール |
| フラダンス(休日がある場合、他の金曜日に開催) | 南河内東公民館 |
| シニアテニス(休日も開催) | 南河内テニスコート |
| 女子サッカー(休日も開催) | 南河内東体育館(火曜日)・緑小校庭(土、日曜日) |

| | |
|--------------------------|-----------|
| 卓球(休日がある場合、第5土曜日開催) | 南河内体育センター |
| ミニバスケット(休日がある場合、第5木曜日開催) | |
| バレーボール(休日がある場合、第5土曜日開催) | |
| バドミントン(休日・第5休み) | |
| 足腰元気アップ体操(休日も開催) | |
| エアロビクス(休日がある場合、第5木曜日開催) | |
| カローリング(休日休み) | |



注意:講師の都合により、日程は変更される場合がありますのでご注意ください。

| 10月 | 実施時間帯 | | | 11月 | 実施時間帯 | | | 12月 | 実施時間帯 | | | 1月 | 実施時間帯 | | | 2月 | 実施時間帯 | | | 3月 | 実施時間帯 | | | |
|------|---------------------|---------------|---------------------------|------|---------------------|-------|---------------------------|--------|---------------|---------------------|---------------|---------------------------|---------------------|--------|---------------------------|---------------|---------------|---------------------------|---------------------------|---------------------|---------------|---------------|---------------------------|----|
| | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | | 午前 | 午後 | 夜間 | |
| 1 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 1 金 | | | 剣道 | 1 日 | | | テニス 女子サッカー | 1 水 | | | 1 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 1 日 | | | テニス 女子サッカー | (剣道大会) | |
| 2 水 | テニス カローリング | | | 2 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | (剣道大会) | 2 月 | | | バドミントン | 2 木 | | | 2 日 | | | テニス 女子サッカー | 2 月 | | | バドミントン | | |
| 3 木 | | エアロビ | ミニバス | 3 日 | | | テニス 女子サッカー | (剣道大会) | 3 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 3 金 | | | 3 月 | | | 3 火 | | | バドミントン | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | |
| 4 金 | | | 剣道 | 4 月 | | | | | 4 水 | テニス カローリング | | 4 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 4 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 4 水 | テニス カローリング | | | | |
| 5 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 5 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | | 5 木 | | エアロビ | ミニバス | 5 日 | | テニス 女子サッカー | 5 水 | テニス カローリング | | 5 木 | | エアロビ | ミニバス | | |
| 6 日 | | テニス 女子サッカー | | 6 水 | テニス・ カローリング | | | | 6 金 | | | 剣道 | 6 月 | | | バドミントン | 6 木 | | エアロビ | ミニバス | 6 金 | | 剣道 | |
| 7 月 | | | バドミントン | 7 木 | | エアロビ | ミニバス | 7 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | (剣道大会) | 7 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 7 金 | | | 剣道 | 7 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | |
| 8 火 | | | 剣道・バドミントン 女子サッカー | 8 金 | | フラダンス | 剣道 | 8 日 | 旧南河内一通駅伝 | 女子サッカー | 剣道 | 8 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | | 8 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 8 日 | | 女子サッカー | 剣道 | |
| 9 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 9 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | 9 月 | | | バドミントン | 9 木 | 元気アップ | | ミニバス | 9 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 9 月 | | バドミントン | |
| 10 木 | 元気アップ | | ミニバス | 10 日 | | | 女子サッカー | 剣道 | 10 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 10 金 | | フラダンス | 剣道 | 10 月 | | | バドミントン | 10 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | |
| 11 金 | | フラダンス | 剣道 | 11 月 | | | バドミントン | | 11 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 11 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 11 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 11 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | | |
| 12 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 12 火 | | | 剣道・バドミントン 女子サッカー | | 12 木 | 元気アップ | | ミニバス | 12 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 12 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 12 木 | 元気アップ | | ミニバス | |
| 13 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 13 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | | 13 金 | | フラダンス | 剣道 | 13 月 | 天平マラソン | | | 13 木 | 元気アップ | | ミニバス | 13 金 | | フラダンス | 剣道 |
| 14 月 | | | | 14 木 | 元気アップ | | ミニバス | 14 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 14 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 14 金 | | フラダンス | 剣道 | 14 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | |
| 15 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 15 金 | | | 剣道 | 15 日 | | | テニス 女子サッカー | 15 水 | テニス・ カローリング | | 15 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | (剣道大会) | 15 日 | | | テニス 女子サッカー | | |
| 16 水 | テニス カローリング | | | 16 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | 16 月 | | | バドミントン | 16 木 | | エアロビ | ミニバス | 16 日 | | テニス 女子サッカー | (剣道大会) | 16 月 | | バドミントン | |
| 17 木 | | エアロビ | ミニバス | 17 日 | | | テニス 女子サッカー | | 17 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 17 金 | | | 剣道 | 17 月 | | | バドミントン | 17 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | |
| 18 金 | 芸術文化祭 | | 剣道 | 18 月 | | | バドミントン | | 18 水 | テニス カローリング | | 18 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | (剣道大会) | 18 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 18 水 | テニス カローリング | | | |
| 19 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 19 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | | 19 木 | | エアロビ | ミニバス | 19 日 | | テニス 女子サッカー | (剣道大会) | 19 水 | テニス カローリング | | 19 木 | | エアロビ | ミニバス | |
| 20 日 | | テニス 女子サッカー | | 20 水 | テニス カローリング | | | | 20 金 | | | 剣道 | 20 月 | | | バドミントン | 20 木 | | エアロビ | ミニバス | 20 金 | | 剣道 | |
| 21 月 | | | バドミントン | 21 木 | | エアロビ | ミニバス | 21 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 21 火 | | | 剣道・女子サッカー 社交ダンス・バドミントン | 21 金 | | | 剣道 | 21 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | ワイワイ フェスティバル | |
| 22 火 | | | 剣道・バドミントン 女子サッカー | 22 金 | | フラダンス | 剣道 | 22 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 22 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 22 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 22 日 | | 女子サッカー | 剣道 | | |
| 23 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | 23 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | 23 月 | | | バドミントン | 23 木 | 元気アップ | | ミニバス | 23 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 23 月 | | バドミントン | |
| 24 木 | 元気アップ | | ミニバス | 24 日 | | | 女子サッカー | 剣道 | 24 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 24 金 | | フラダンス | 剣道 | 24 月 | | | | 24 火 | | 剣道・女子サッカー バドミントン | |
| 25 金 | | フラダンス | 剣道 | 25 月 | | | バドミントン | | 25 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 25 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | 25 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 25 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | | |
| 26 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 26 火 | | | 剣道・バドミントン 女子サッカー | | 26 木 | 元気アップ | | ミニバス | 26 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 26 水 | テニス・ピラティス カローリング | | 26 木 | 元気アップ | | ミニバス | |
| 27 日 | | 女子サッカー | 剣道 | 27 水 | テニス・ピラティス カローリング | | | | 27 金 | | フラダンス | 剣道 | 27 月 | | | バドミントン | 27 木 | 元気アップ | | ミニバス | 27 金 | | フラダンス | 剣道 |
| 28 月 | | | バドミントン | 28 木 | 元気アップ | | ミニバス | 28 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | 28 火 | | | 剣道・女子サッカー バドミントン | 28 金 | | フラダンス | 剣道 | 28 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | |
| 29 火 | | | 剣道・バドミントン 女子サッカー | 29 金 | | | 剣道 | 29 日 | | | | 29 水 | テニス・ カローリング | | 29 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | (剣道大会) | 29 日 | | 女子サッカー | 剣道 | | |
| 30 水 | テニス カローリング | | | 30 土 | バレー 女子サッカー | 卓球 | | | 30 月 | | | 30 木 | | | ミニバス | | | | 30 月 | | | | | |
| 31 木 | | エアロビ | ミニバス | | | | | | 31 火 | | | 31 金 | | | 剣道 | | | | 31 火 | | | | 剣道・女子サッカー | |

<教室会場> 会場変更もありますのでご注意ください。

| | |
|-------------------------|--------------------------|
| 剣道(休日も開催) | 南河内第二中学校柔剣道場 |
| ピラティス | 南河内武道館 |
| 社交ダンス | 野澤ダンススクール |
| フラダンス(休日がある場合、他の金曜日に開催) | 南河内東公民館 |
| シニアテニス(休日も開催) | 南河内テニスコート |
| 女子サッカー(休日も開催) | 南河内東体育館(火曜日)・緑小校庭(土、日曜日) |

| | |
|--------------------------|-----------|
| 卓球(休日がある場合、第5土曜日開催) | 南河内体育センター |
| ミニバスケット(休日がある場合、第5木曜日開催) | |
| バレーボール(休日がある場合、第5土曜日開催) | |
| バドミントン(休日・第5休み) | |
| 足腰元気アップ体操(休日も開催) | |
| エアロビクス(休日がある場合、第5木曜日開催) | |
| カローリング(休日休み) | |

