

2022年度元気ワイワイ南河内 日程表(4)

1月	午前	午後	夜間	2月	午前	午後	夜間	3月	午前	午後	夜間
1 日				1 水	テニス/カロリー			1 水	テニス/カロリー		
2 月				2 木		エアロビ	ミニバス	2 木		エアロビ	ミニバス
3 火				3 金			剣道/女バスケ	3 金			剣道/女バスケ
4 水	テニス/カロリー			4 土	バレ-/サッカー	卓球		4 土	バレ-/サッカー	卓球	
5 木		エアロビ	ミニバス	5 日		女バスケ/テニス/サッカー		5 日		女バスケ/テニス/サッカー	
6 金			剣道/女バスケ	6 月			バドミ	6 月			バドミ
7 土	バレ-/サッカー	卓球		7 火			バドミ/剣道/社交ダ/サッカー/女バスケ	7 火			バドミ/剣道/社交ダ/サッカー/女バスケ
8 日		女バスケ/サッカー		8 水	ピラテス/テニス/カロリー			8 水	ピラテス/テニス/カロリー		
9 月			バドミ	9 木	元気アップ		ミニバス	9 木	元気アップ		ミニバス
10 火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ	10 金		フラダンス	剣道/女バスケ	10 金		フラダンス	剣道/女バスケ
11 水	ピラテス/テニス/カロリー			11 土	バレ-/サッカー	卓球		11 土	バレ-/サッカー	卓球	
12 木	元気アップ		ミニバス	12 日		女バスケ/サッカー		12 日		女バスケ/サッカー	
13 金		フラダンス	剣道/女バスケ	13 月			バドミ	13 月			バドミ/
14 土	バレ-/サッカー	卓球		14 火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ	14 火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ
15 日		女バスケ/テニス/サッカー		15 水	テニス/カロリー			15 水	テニス/カロリー		
16 月			バドミ/	16 木		エアロビ	ミニバス	16 木		エアロビ	ミニバス
17 火			バドミ/剣道/社交ダ/サッカー/女バスケ	17 金			剣道/女バスケ	17 金			剣道/女バスケ
18 水	テニス/カロリー			18 土	バレ-/サッカー	卓球		18 土	バレ-/サッカー	卓球	
19 木		エアロビ	ミニバス	19 日		女バスケ/テニス/サッカー		19 日		女バスケ/テニス/サッカー	
20 金			剣道/女バスケ	20 月			バドミ	20 月			バドミ
21 土	バレ-/サッカー	卓球		21 火			バドミ/剣道/社交ダ/サッカー/女バスケ	21 火			バドミ/剣道/社交ダ/サッカー/女バスケ
22 日		女バスケ/サッカー	剣道	22 水	ピラテス/テニス/カロリー			22 水	ピラテス/テニス/カロリー		
23 月			バドミ	23 木	元気アップ		ミニバス	23 木	元気アップ		ミニバス
24 火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ	24 金		フラダンス	剣道/女バスケ	24 金		フラダンス	剣道/女バスケ
25 水	ピラテス/テニス/カロリー			25 土	バレ-/サッカー	卓球		25 土	バレ-/サッカー	卓球	
26 木	元気アップ/		ミニバス	26 日	(卓球大会)	女バスケ/サッカー		26 日		女バスケ/サッカー	剣道
27 金		フラダンス	剣道/女バスケ	27 月			バドミ	27 月			バドミ
28 土	バレ-/サッカー	卓球		28 火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ	28 火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ
29 日		女バスケ/テニス/サッカー						29 水	テニス/カロリー		
30 月			バドミ					30 木			
31 火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ					31 金			バドミ/剣道/女バスケ