

2023年度元気ワイワイ南河内 日程表

2023年度日程表 前期

<<注意>>：下野市行事、団体の会場利用、講師の都合などにより日程変更や休止場合があります。次回の予定を確認して参加してください。

2023年3月7日

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

<教室会場> 会場変更もありますのでご注意ください。

剣道(火、金曜日、奇数月日曜日開催)	南河内第二中学校柔剣道場	卓球(土曜日開催。祝祭日、第5を除く)
ピラティス(第2、4水曜日開催)	南河内武道館(季節により変更あり)	ミニバスケット(木曜日開催。祝祭日、第5を除く)
社交ダンス(第1、3火曜日開催)	野澤ダンススクール	バレーボール(土曜日開催。第5を除く)
フラダンス(第2、4金曜日開催)	南河内東公民館	バドミントン(月、火曜日開催。祝祭日、第5を除く)
シニアテニス(第1、3、5日曜日、水曜日開催)	南河内テニスコート(B~Dコート)	足腰元気アップ体操(第2、4木曜日開催)
女子サッカー(火、土曜日開催)	南河内東体育館(火曜日)・緑小校庭(土曜日)	エアロビクス(第1、3木曜日開催)
女子バスケット(火、金、日曜日開催)	南河内小中学校第2体育館、南河内体育センター	カローリング(水曜日開催)

南河内体育センター



2023年度元氣ワイワイ南河内 日程表

2023年度日程表 後期

※注意：下野市行事、団体の会場利用、講師の都合などにより日程変更や休止場合があります。次回の予定を確認して参加してください。

2023年3月7日

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

剣道(火、金曜日、奇数月日曜日開催)	南河内第二中学校柔剣道場	卓球(土曜日開催。祝祭日、第5を除く)	南河内体育センター
ピラテス(第2、4水曜日開催)	南河内武道館(季節により変更あり)	ミニバスケット(木曜日開催。祝祭日、第5を除く)	
社交ダンス(第1、3火曜日開催)	野澤ダンススクール	バレーボール(土曜日開催。第5を除く)	
フラダンス(第2、4金曜日開催)	南河内東公民館	バドミントン(月、火曜日開催。祝祭日、第5を除く)	
シニアテニス(第1、3、5日曜日、水曜日開催)	南河内テニスコート(B~Dコート)	足腰元氣アップ体操(第2、4木曜日開催)	
女子サッカー(火、土曜日開催)	南河内東体育館(火曜日)・緑小枝庭(土曜日)	エアロビクス(第1、3木曜日開催)	
女子バスケット(火、金、日曜日開催)	南河内小中学校第2体育館、南河内体育センター	カローリング(水曜日開催)	

