

2023年度元気ワイワイ南河内 日程表 D

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の場合があります。次回の予定を確認して参加してください。

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	月			1	木		エアロビ	ミニバス	1	金		剣道/女バスケ	
2	火			2	金			剣道/女バスケ	2	土	バレー/サッカー	卓球	
3	水			3	土	バレー/サッカー	卓球		3	日		女バスケ/テニス	
4	木		エアロビ	4	日		女バスケ/テニス		4	月		バドミ	
5	金			5	月			バドミ	5	火		バドミ/剣道/社交ダ/サッカー/女バスケ	
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	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	月			8	木	元気アップ/		ミニバス	8	金		フラダンス	剣道/女バスケ
9	火			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	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	木	元気アップ/		11	日		女バスケ		11	月			バドミ/
12	金		フラダンス	12	月				12	火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ
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	日		女バスケ	14	水	ピラテス/テニス/カロリー			14	木	元気アップ/		ミニバス
15	月			15	木		エアロビ	ミニバス	15	金			剣道/女バスケ
16	火			16	金			剣道/女バスケ	16	土	バレー/サッカー	卓球	
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	木		エアロビ	18	日		女バスケ/テニス		18	月			バドミ/
19	金			19	月			バドミ/	19	火			バドミ/剣道/社交ダ/サッカー/女バスケ
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	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	月			22	木	元気アップ/		ミニバス	22	金		フラダンス	剣道/女バスケ
23	火			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	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	木	元気アップ/		25	日				25	月			バドミ/
26	金		フラダンス	26	月			バドミ/	26	火			バドミ/剣道/サッカー/女バスケ
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	日		女バスケ	28	水	ピラテス/テニス/カロリー			28	木	元気アップ/		ミニバス
29	月								29	金			剣道/女バスケ
30	火								30	土	サッカー		
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
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)
社交ダンス(第1、3火曜日開催)	野澤ダンススクール
フラダンス(第2、4金曜日開催)	南河内東公民館
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)
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)
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
卓球(土曜日開催。祝祭日、第5を除く)	南河内体育センター
ミニバスケット(木曜日開催。祝祭日、第5を除く)	
バレーボール(土曜日開催。第5を除く)	
バドミントン(月、火曜日開催。祝祭日、第5を除く)	
足腰元気アップ体操(第2、4木曜日開催)	
エアロビクス(第1、3木曜日開催)	
カロリーニング(水曜日開催)	