

令和6年度はむすぽ 活動予定カレンダー 2024 10月

事業名	ジュニアテニス教室				西多摩ジュニア体操				ジュニアチアダンス				卓球ジュニアクラブ	ジュニアバドミントン	トランポリンクラブ	できすぽ!	健康テニス&フィットネス	大人のナイターテニス教室	歩こう部	はむすぽストレッチ女性限定	はむすぽジャズダンス	姿勢改善ストレッチ	ハワイアンフラ	フォークダンス	シニアジャズダンス	さわやかエクササイズ	スポーツウェルネス吹矢	P・P・K	バドミントン	快速ゴルフ	フィールドゴルフ	貯筋運動教室	貯筋運動教室	おうちで筋トレ&ストレッチ	貯筋運動教室	ボディメイク筋トレ	はむすぽヨガ	アクア&スイム	夜のスイミング教室						
	開催日	火	火	土	土	火	水	木	金	火	火	金	火・金	水	金	金	火	火	火	火	火	火	水	水	水	木	木	金	金	金	月	火	木	火	木	木	木	水	木						
開催時間	18:00~20:00	18:00~19:30	16:00~18:00	15:00~18:00	15:00~22:00	15:00~22:00	16:00~22:00	15:00~19:30	16:00~18:00	18:30~20:00	15:45~18:00	19:15~21:30	19:00~21:00	15:00~18:00	17:00~18:15	9:00~11:45	18:10~20:55	9:45~11:15	9:45~11:00	15:20~17:00	15:20~16:20	10:30~11:40	13:10~14:45	13:30~14:40	9:45~11:00	9:30~11:30	13:05~14:45	19:00~21:30	20:00~20:50	10:00~12:00	9:30~10:45	13:15~14:30	13:30~14:20	9:15~10:30	10:40~11:40	9:30~11:50	13:00~15:00	19:00~21:00							
2024/10/1	火	○	○		○				○☆			○				○	○	○		○	○																		○						
2024/10/2	水					○							○									○☆	○☆																	○					
2024/10/3	木						○																		○	○															○				
2024/10/4	金							○				○☆	○		○※	○												○	○																
2024/10/5	土			武蔵野公園																																									
2024/10/6	日																																												
2024/10/7	月																																												
2024/10/8	火	○	武蔵野		○				○☆			○				○	休み	○	○	○																						○			
2024/10/9	水					○							○									○☆	○☆	○																		○			
2024/10/10	木						○																		○	○																	○		
2024/10/11	金							○			○☆	○			○※	○												○	○	○															
2024/10/12	土			○	○																																								
2024/10/13	日																																												
2024/10/14	月																																												
2024/10/15	火	○	武蔵野		○※				○☆			○				○	休み	○	○	○																							○		
2024/10/16	水					○							○									○☆	○☆	○																			○		
2024/10/17	木						○※																		○	○																	○		
2024/10/18	金							15-18			○☆	○			○※	○												○	休み																
2024/10/19	土			○	○																																								
2024/10/20	日																																												
2024/10/21	月																																												
2024/10/22	火	○	第1		○				○☆			○					休み	休み		○	○	○																					○		
2024/10/23	水					○※							○																															○	
2024/10/24	木						○																		○	○																		○	
2024/10/25	金							○※			○☆	○			○													○	○	○															
2024/10/26	土			○	○																																								
2024/10/27	日																																												
2024/10/28	月																																												
2024/10/29	火	休み	○		○				休み			○				○	休み	○		○	○																							○	
2024/10/30	水					○							○																																○
2024/10/31	木						○																		○	○																			○

※トランポリン使用

※○はトランポリンと移動式ステージ使用

★電源使用

都合により変更となる場合があります。  
 最新の情報はホームページをご覧ください。  
 各プログラムでは、体験者を常時受け付けています。詳しくは、はむすぽ事務所へお問い合わせください。  
 卓球ジュニアクラブゼロイチ+開催居場所が変更になる場合があります。開催場所 火曜日S&Dスポーツアリーナ 金曜日 羽村第2中学校