

事業名	ジュニアテニス教室				西多摩ジュニア体操クラブ				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	できすぼ!	大人テニス	大人テニス	歩こう部	リズムストレッチ	はむすぼダンス部	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	スポーツウエルネス吹矢	ppk	バドミントン	スポーツを生活も充実体づくり教室	フィールドゴルフ	貯筋運動教室			おうちで筋トレ&ストレッチ	貯筋	ボディメイク筋トレ	ヨガ	オンラインストレッチミーティング	アクア&スイム
	開催曜日	火	火	土	土	火	水	木	金	火		金	火・金	水	金	金	火	火・水・土	火	火	火	火	水	水	水	木	木	金	金	金	月	火	木	火	木	木	木	土	水	
開催間隔	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	隔週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	隔週	隔週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	隔週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週	毎週		
場所	スポーツ	富士見公園	富士見公園	富士見公園	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	富士見公園	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	スポーツ	富士見公園	スポーツ	スポーツ	スポーツ					コヒセン	スイミング		
開催場所	第1ホール	テニスコート	テニスコート	テニスコート	第1ホール	第2ホール	第1ホール	第1ホール	第1ホール	会議室	第1ホール	第2ホール	第1ホール	第1ホール	第1ホール	第1ホール	テニスコート	会議室	会議室	会議室	第3ホール	会議室	会議室	第3ホール	会議室	第1ホール	会議室	第1ホール	会議室	公園A	会議室	会議室	会議室	中央館	中央館	和室	オンライン	プール		
開催時間	18:00	16:30	16:00	15:00	15:15	15:15	15:15	15:15	16:30	18:30	16:00	18:30	19:00	16:00	17:00	9:00	18:10	9:45	10:00	15:20	15:20	10:30	13:15	13:15	9:45	9:20	13:05	19:00	20:00	12:00	9:30	13:15	13:30	9:15	10:40	9:30	10:00	13:00		
	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~	~		
1	火	○	○			休み				休み						○	休み	休み		休み	○																			
2	水																																							○
3	木							休み									○																							
4	金									休み																														
5	土			○	○																																			○
6	日																																							
7	月																																							
8	火	○	○														○	休み			○	○	○																	
9	水																																							○
10	木																○																							
11	金																																							
12	土			○	○																																			○
13	日																																							
14	月																																							
15	火	○	○														○	休み			○	○	○																	
16	水																																							○
17	木																																							
18	金																																							
19	土			○	○																																			○
20	日																																							
21	月																																							
22	火	○	○														○	休み			○	○	○																	
23	水																																							○
24	木																																							
25	金																																							
26	土			○	○																																			○
27	日																																							
28	月																																							
29	火	○	休み																																					
30	水																																							休み

都合により変更になる場合があります
 最新の情報はホームページをご確認ください。
 各プログラムは体験者を常時受け付けております。詳しくははむすぼ事務局までお問い合わせください。
 大人のナイターテニスの開催日・詳細は指導者にご確認ください。