



令和7年度

スポーツプラスおおはる 活動カレンダー(5月)

日	月	火	水	木	金	土
スポーツプラスおおはる 052-217-6211 FAX 052-217-6921 月・木 9:00~17:00 日・火・金 9:00~12:00 休み 土・スポーツセンター休館日(水・祝日の翌日・年末年始)				1	2	3憲法記念日
ホームページ 大治町総合型地域スポーツクラブ スポーツプラスおおはる 検索				臨時の休み	臨時の休み	休み
4みどりの日	5こどもの日	6振替休日	7	8	9	10
臨時の休み	臨時の休み	休み	休み	アロハ!フラダンス① 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 アロハ!フラダンス② 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室	接骨院お勧め体操 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ とっても簡単♪ 体幹&サーキットトレーニング 19:45 ~ 20:45 武道場兼軽運動室	休み
11	12	13	14	15		17
講座なし日 感謝デー受付	からだスッキリ パレトン 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ リラックスヨガ 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ	ウエルネスエクササイズ① 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ ウエルネスエクササイズ② 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	休み	ゆっくりやさしいヨガ 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 バラエティエクササイズ 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室 ムーンライトヨガ 19:00 ~ 20:00 サブアリーナ	モーニングエクササイズ 9:15 ~ 10:15 サブアリーナ ちびっこ体操コアラ 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ ボディシェイプボクシング 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ とっても簡単♪ 体幹&サーキットトレーニング 19:45 ~ 20:45 サブアリーナ	休み
18	19	20	21	22	23	24
講座なし日 チャレンジ・新体操受付	からだスッキリ パレトン 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ リラックスヨガ 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ スポーツ吹矢 14:00 ~ 15:00 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ	ウエルネスエクササイズ① 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ ウエルネスエクササイズ② 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	休み	アロハ!フラダンス① 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 アロハ!フラダンス② 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室 ムーンライトヨガ 19:00 ~ 20:00 サブアリーナ	接骨院お勧め体操 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ とっても簡単♪ 体幹&サーキットトレーニング 19:45 ~ 20:45 武道場兼軽運動室	休み
25	26	27	28	29	30	31
無料体験感謝デー	からだスッキリ パレトン 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ リラックスヨガ 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ	ウエルネスエクササイズ① 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ ウエルネスエクササイズ② 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	休み	ゆっくりやさしいヨガ 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 バラエティエクササイズ 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室 ムーンライトヨガ 19:00 ~ 20:00 サブアリーナ	モーニングエクササイズ 9:15 ~ 10:15 サブアリーナ ちびっこ体操コアラ 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ ボディシェイプボクシング 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ とっても簡単♪ 体幹&サーキットトレーニング 19:45 ~ 20:45 サブアリーナ	休み