

# 健康づくりイベント実施予定表（令和6年度）

2024.11更新

年	月	日	曜日	時間		イベント名	講師	参加料（円）／回			備考
				開始	～ 終了			一般参加	普通会员	特別会員	
2024	11	3	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
		3	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	200	100	
		8	金	9:30	～ 13:00	健康測定会	セイカスポーツクラブ インストラクター	500～	300～	200～	
		10	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
		10	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	200	100	
		16	土	10:30	～ 11:30	ウォーキング教室	セイカスポーツクラブ インストラクター	500	300	200	秋のお祭りでの開催 です。
		16	土	12:00	～ 13:00	ヨガ&ストレッチ教室	セイカスポーツクラブ インストラクター	1,000	700	500	〃
		16	土	13:00	～ 13:40	太極拳無料体験会	太極拳同好会	無料			秋のお祭りの体験会 です。
		17	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
		24	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
2024	12	1	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
		1	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	200	100	
		8	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
		8	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	200	100	
		15	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
		22	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	
		29	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	200	100	

以降のスケジュールは決定次第アップします。