

健康づくりイベント実施予定表（令和7年度）

2025.12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	
2025	12	7	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
		7	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	400	300	
		14	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
		14	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	400	300	
		21	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
		28	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
2026	1	4	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
		4	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	400	300	
		11	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
		18	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
		18	日	10:00	～ 11:00	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	
		18	日	11:15	～ 12:15	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	
		25	日	8:30	～ 9:30	太極拳教室	上 ルミ子	500	400	300	
		25	日	10:00	～ 11:00	健康体操	野田 芳子	500	400	300	

以降のスケジュールは決定次第アップします。