



日	月	火	水	木	金	土	
1 13:00 スポンジテニス 19:30 バレーボール	2 10:00 ストレッチ&リズム体操 10:00 書道 13:00 健康マーじゃん 17:00 Jr.バレー	3 9:00 スポンジテニス  16:00 グラウンドゴルフ  憲法記念日	4   みどりの日	5 9:00 ビンポン(牧1)   こどもの日	6 9:00 ビンポン(東大分) 9:30 のびのび(牧) 10:30 はつらつ(牧) 10:00 手芸 13:15 のび男(牧) 15:45 わいとレ(東大分)① 16:30 わいとレ(東大分)② 17:15 キッズダンス① 18:20 キッズダンス② 18:30 スポンジテニス 20:00 ヨガ	7 9:00 スポンジテニス 10:00 絵手紙 12:30 Jr.バレー 15:30 レクスボ(東大分)  18:00 ダンス部 19:00 メンズヨガ	
8 13:00 スポンジテニス 19:30 バレーボール	9 10:00 ストレッチ&リズム体操 10:00 書道 13:00 健康マーじゃん 17:00 Jr.バレー	10 9:00 ビンポン(牧2) 10:00 太極拳 13:30 ヨガ 15:30 グラウンドゴルフ 17:00 キラキラキッズ	11 9:30 のびのび(東大分) 10:30 はつらつ(東大分) 11:30 のび男(東大分) 13:00 ビンポン(初級) 14:30 レクスボ(舞鶴) 17:00 Jr.バレー 19:30 バレーボール	12 9:00 ビンポン(牧1) 9:30 のびのび(東大分) 10:30 はつらつ(東大分) 11:30 のびのび(東大分) 16:00 わいとレ(舞鶴)	13 9:00 ビンポン(東大分) 9:30 のびのび(牧) 10:30 はつらつ(牧) 13:15 のび男(牧) 15:45 わいとレ(東大分)① 16:30 わいとレ(東大分)② 17:15 キッズダンス① 18:20 キッズダンス② 18:30 スポンジテニス 20:00 ヨガ	14 9:00 スポンジテニス 12:30 Jr.バレー 15:30 レクスボ(東大分) 16:30 幼児体育① 17:30 幼児体育② 18:00 ダンス部 19:00 メンズヨガ	
15 13:00 スポンジテニス 19:30 バレーボール	16 10:00 ストレッチ&リズム体操 10:00 書道 13:00 健康マーじゃん 17:00 Jr.バレー	17 9:00 ビンポン(牧2) 10:00 太極拳 13:30 ヨガ 15:30 グラウンドゴルフ	18 9:30 のびのび(東大分) 10:30 はつらつ(東大分) 11:30 のび男(東大分) 13:00 ビンポン(初級) 14:30 レクスボ(舞鶴) 17:00 Jr.バレー 19:30 バレーボール	19 9:00 ビンポン(牧1) 9:30 のびのび(東大分) 10:30 はつらつ(東大分) 11:30 のびのび(東大分) 10:00 絵手紙 16:00 わいとレ(舞鶴)	20 9:00 ビンポン(東大分) 9:30 のびのび(牧) 10:30 はつらつ(牧) 10:00 手芸 13:15 のび男(牧) 15:45 わいとレ(東大分)① 16:30 わいとレ(東大分)② 17:15 キッズダンス① 18:20 キッズダンス② 18:30 スポンジテニス 20:00 ヨガ	21 9:00 スポンジテニス 10:00 絵手紙 12:30 Jr.バレー 15:30 レクスボ(東大分) 16:30 幼児体育① 17:30 幼児体育② 18:00 ダンス部 19:00 メンズヨガ	
22 13:00 スポンジテニス 19:30 バレーボール	23 10:00 ストレッチ&リズム体操 13:00 健康マーじゃん 17:00 Jr.バレー	24 9:00 ビンポン(牧2) 10:00 太極拳 13:30 ヨガ 15:30 グラウンドゴルフ 17:00 キラキラキッズ	25 9:30 のびのび(東大分)★測定 10:30 はつらつ(東大分)★測定 11:30 のび男(東大分)★測定 13:00 ビンポン(初級) 14:30 レクスボ(舞鶴) 17:00 Jr.バレー 19:30 バレーボール	26 9:00 ビンポン(牧1) 9:30 のびのび(東大分)★測定 10:30 はつらつ(東大分)★測定 11:30 のびのび(東大分)★測定 16:00 わいとレ(舞鶴)	27 9:00 ビンポン(東大分) 9:30 のびのび(牧)★測定 10:30 はつらつ(牧)★測定 13:15 のび男(牧)★測定 15:45 わいとレ(東大分)① 16:30 わいとレ(東大分)② 17:15 キッズダンス① 18:20 キッズダンス② 18:30 スポンジテニス 20:00 ヨガ	28 9:00 スポンジテニス 12:30 Jr.バレー 15:30 レクスボ(東大分) 16:30 幼児体育① 17:30 幼児体育② 18:00 ダンス部 19:00 メンズヨガ	
29 13:00 スポンジテニス 19:30 バレーボール	30 10:00 ストレッチ&リズム体操 13:00 健康マーじゃん 17:00 Jr.バレー	31 9:00 ビンポン(牧2) 10:00 太極拳 13:30 ヨガ 15:30 グラウンドゴルフ	わいカフェ				

〈活動場所〉

- 東大分小学校
- 舞鶴小学校
- 城東中学校
- 東大分公民館
- 牧1丁目公民館
- 牧2丁目公民館
- 東部公民館

