

～ タイムスケジュール ～

	トレーニングルーム	101・102	201	202・203	キッチン	204	205	体育館	屋外広場		
10:00	通常営業	ウェア・サプリメント等販売	10:00～12:15 カイロ体験会		★ ☺ 10:00～11:00 料理教室		★ 10:00～10:45 ZUNBA	☺ 10:00～12:00 卓球 バドミントン	キッチンカー販売		
10:30				☺ 10:15～10:45 ハーモニカ発表会		★ ☺ 10:30～11:30 こども空手体験会					
11:00					☺ 11:00～11:30 太極拳発表会						
11:30					★ ☺ 11:30～12:30 料理教室		★ 11:15～12:15 シルバーリハビリ体操				
12:00					★ ☺ 12:15～13:15 あゆみ太鼓体験会						
12:30					★ ☺ 14:00～15:00 キャンドル作り		★ ☺ 13:30～14:30 こども空手体験会				
13:00					★ 15:30～16:00 ZEROエアロ						
13:30											
14:00											
14:30											
15:00											
15:30											
16:00											

当日受付となります。
何時に来てもOK★

当日受付となります。
何時に来てもOK★

被災時に
かまどとベンチになる
ベンチの組み立て方を
説明します！
マンホールトイレも
常時設置！
※ 雨天中止 ※



は事前申込みとなります。2月10日(土)～ 先着順
は小学生から参加ができます。※空手はこどものみ