

南粕谷フレンドリークラブ 毎週の活動計画

曜日	種目	時間	場所
月	バドミントン	19:00～21:00	南粕谷小学校体育館
(第4) 月	フラダンス	15:00～16:00	南粕谷ハウス
火	囲碁・将棋	10:00～15:00	南粕谷ハウス
	頭の体操 (ナンプレ)	13:00～14:00	南粕谷ハウス
(第1) 火	銭太鼓を楽しもう	15:00～16:00	南粕谷ハウス
(第2) 火	写経の会	15:00～16:00	南粕谷ハウス
(第3) 火	手話講座	13:00～14:00	南粕谷ハウス
(第4) 火	みんなで歌おう	15:00～16:00	南粕谷ハウス
(第4) 木	ビジョントレーニング	15:00～16:00	南粕谷ハウス
土	ウォーキング	7:30～8:30	南粕谷ハウス発
	卓球	18:30～21:00	南粕谷小学校体育館
(第1・3) 土	健康体操	9:00～10:00	南粕谷小学校体育館
	<div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> レクスポーツ ミニテニス、 バドミントン、卓球、 囲碁ボールなど </div>	10:00～12:00	南粕谷小学校体育館
日	バドミントン	13:00～15:30	南粕谷小学校体育館