

令和8年度 ラポート(中央公民館)自主講座一覧表 (曜日別)

No	曜日	団体名	内容	日程	時間	利用部屋
1	月	いきいき健康体操	体操	毎週	9:30~10:30	和室
2	火	コール小川	コーラス	毎週	15:00~16:00	研修室
3	火	小川コスモス会	3B体操	毎週	10:00~12:00	リハーサル室
4	火	健康ピラティス	ピラティス	毎週	10:30~12:30	和室
5	水	アイリス	フラダンス	毎週	10:00~12:00	リハーサル室
6	水	身体育成プログラム	体操	毎週	19:00~21:00	リハーサル室
7	水	ひよっここ愛笑会	ひよっここ	第2	13:30~14:30	リハーサル室
8	木	エアロフレンズ	エアロビクス	毎週	13:30~15:30	研修室1
9	木	しらゆり	フラダンス	毎週	9:00~10:00	リハーサル室
10	木	小川一八会	よさこい	毎週	20:00~22:00	リハーサル室
11	金	健康太極拳	太極拳	毎週	10:00~12:00	リハーサル室
12	金	健康ピラティス	ピラティス	毎週	13:30~15:30	リハーサル室
13	金	はなみずき	フラダンス	毎週	13:00~15:00	リハーサル室
14	土	"U"ウインドオーケストラ	吹奏楽	毎週	9:00~12:00	リハーサル室
15	日	健康ピラティス	ピラティス	毎週	20:00~22:00	和室