

稼働 29 日

時 限		I	9時～11時40分		II	12時～14時40分		III	15時～17時40分		IV	18時～20時40分	
日付	曜日	種目	団 体 名		種目	団 体 名		種目	団 体 名		種目	団 体 名	
1	火												
2	水												
3	木												
4	金												
5	土												
6	日	9:00～ 11:40	バドミントン・ポッチャ		12:00～ 14:40	卓球・ポッチャ		15:00～ 17:40	バスケットボール		18:00～ 20:40	バレーボール	
7	月												
8	火	体操	骨盤体操										
9	水							個人利 用	卓球・ポッチャ・ バドミントン				
10	木				優先	横浜マックテイケアセ ンター							
11	金	卓球	卓球教室（金曜）										
12	土	卓球	卓球教室（土曜）										
13	日												
14	月		休			館			日				
15	火												
16	水												
17	木												
18	金	抽選日	抽 選 日										
19	土	9:00～ 11:40	卓球教室（土曜）		12:00～ 14:10	卓球・ポッチャ		14:20～ 16:30	バレーボール		16:40～ 18:50	バスケットボール	
20	日												
21	月												
22	火	体操	骨盤体操										
23	水	ポッ チャ	あさひポッチャ体験・ 練習会										
24	木												
25	金	卓球	卓球教室（金曜）										
26	土												
27	日												
28	月												
29	火												
30	水												