

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	木												
2	金												
3	土	卓球	卓球教室（土曜）										
4	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	
5	月												
6	火												
7	水												
8	木				優先	横浜マツクティケアセ ンター							
9	金	卓球	卓球教室（金曜）										
10	土												
11	日												
12	月												
13	火	体操	骨盤体操			休			館			日	
14	水	介護予防 講座Ⅱ	気持ちの良い歩き方					個人利 用	卓球・ポッチャ・ バドミントン				
15	木												
16	金												
17	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	19:00～ 20:40	バドミントン		
18	日												
19	月	抽選日	抽 選 日										
20	火												
21	水												
22	木												
23	金	卓球	卓球教室（金曜）										
24	土												
25	日												
26	月												
27	火	体操	骨盤体操										
28	水	ポッ チャ	あさひポッチャ体験・ 練習会										
29	木												
30	金												
31	土												