

令和8年度 みんなで筋活 年間スケジュール

全41回

毎週火曜日 9:30~10:30

4月	7日 14日 21日 28日	4回	}	バランスボール
5月	12日 19日 26日	3回		
6月	2日 9日 16日 23日 30日	5回	}	ストレッチボール
7月	7日 14日 28日	3回		
8月	4日 18日 25日	3回	}	スモールボール
9月	1日 8日 15日 29日	4回		
10月	6日 20日 27日	3回	}	ダンベル
11月	10日 17日	2回		
12月	1日 8日 15日 22日	4回	}	ウォーキング
2027年1月	5日 19日 26日	3回		
2027年2月	2日 9日 16日	3回	}	ステップ台
2027年3月	2日 9日 16日	3回		

※ スケジュールは変更になることもあります。

◆◆◆利用料金◆◆◆

当日券 1回分 500円
回数券 10回+1回分 5,000円

券売機で購入してください。
※1枚でも使用した回数券の返金はありません。