

フィットネス・会議室

10月

10月2日 更新

日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	火												
2	水												
3	木												
4	金	予約済											
5	土												
6	日								予約済				
7	月												
8	火	らくらく筋トレ					予約済		予約済				
9	水							市長杯開会式					
10	木					予約済							
11	金												
12	土	U12盛岡岩手地区前期リーグ											
13	日	U12盛岡岩手地区前期リーグ											
14	月						予約済						
15	火												
日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

フィットネス・会議室

10月

10月2日 更新

日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
16	水												
17	木												
18	金												
19	土	ライオンズカップバレー											
20	日	ライオンズカップバレー											
21	月												
22	火												
23	水	姿勢改善											
24	木												
25	金												
26	土												
27	日	選挙											
28	月												
29	火												
30	水	骨盤体操											
31	木												
日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

フィットネス・会議室

11月

10月2日 更新

日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	金												
2	土												
3	日												
4	月												
5	火												
6	水												
7	木												
8	金												
9	土												
10	日												
11	月												
12	火	らくらく筋トレ											
13	水												
14	木												
15	金												
日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

フィットネス・会議室

11月

10月2日 更新

日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
16	土												
17	日	予約済											
18	月								予約済				
19	火												
20	水	姿勢改善											
21	木								予約済				
22	金												
23	土												
24	日												
25	月												
26	火												
27	水	骨盤体操											
28	木												
29	金												
30	土												
日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

