

健康体育

活動時間帯 午前＝9時～12時 午後＝13時～17時 夜間＝18時～22時

2/13

No.	団体名	活動内容	活動曜日								時間帯	会費	入会資格
			月	火	水	木	金	土	日	不定期			
22	足もみヨガサークル	ヨガ、足もみ健康法、指ヨガ						○	○		その他	有	無
54	エレガンス体操の会	リズム体操・口の体操	○								午前	有	無
25	気功サークル松竹梅	医学気功による心身健康促進							○		午後	有	無
20	気功太極拳 友誼・月望	気功太極拳				○					午前	有	無
175	健康体操の会	健康維持のための音楽にあわせた体操	○								午前	有	無
75	相模大野真向法体操会	股関節を柔軟して機能を増進させる真向法体操			○						午前	有	無
239	ジャスト	健康維持のためのストレッチ・体操	○								午後	有	無
36	そふとピラティス	腹式呼吸によるインナーマッスルの強化・姿勢改善			○						夜間	有	有
155	太極拳鶴友会	太極拳の練習								○	午後	有	無
119	太極拳自主練の会	太極拳・剣・扇の自主練習				○					午後	有	有
1	ミセスのための健康体操サークル	ストレッチを中心とした体操		○							午前	有	無
11	無極静功大野同好会	気功や太極拳を通じて健康な体を維持する			○						午前	有	無
280	ゆったりヨガ	健康な体づくりを目標に楽しくヨガ		○							午後	有	無
139	リフレッシュヨガサークル	ヨガ				○					夜間	有	無
197	りんごの会	体操・フォークダンス・コーラス					○				午後	有	無

