



オレンジはあとクラブ 1月予定表

種目	曜日	日にち	時間	開催場所
社交ダンス	月	5・19・26	14:00~15:30	ゆめステーション多目的ホール
カラオケ(別途1回300円)	火	13・27	9:00~12:00	カラオケ村
朗読教室	火	6・13	10:00~11:30	ゆめステーション多目的ホール
太極舞	火	6・13・20・27	15:00~16:00	ゆめステーション多目的ホール
新体操	火	13・20・27	18:00~20:00	ゆめステーション多目的ホール
トランポリン 基本コース(別途1回200円)	火	6・13・20	①19:00~20:00 ②20:00~21:00	玉東中学校体育館
トランポリン※レベルアップコース レクリエーション 別途3000円／月 ハイレベル(背落ち)別途4000円／月	金	9・16・23・30	①18:30~ ②20:00~	玉東中学校体育館
キッズサッカー(別途年会費あり)	火 木	6・13・20・27 8・15・22・29	19:00~20:15	町営グラウンド
ジュニアサッカー(別途年会費あり)	火 木	6・13・20・27 8・15・22・29	19:00~21:00	町営グラウンド
バウンドテニス	火	6・13・20・27	19:30~21:30	玉東中学校体育館
ゆる体操	水	7・21	13:30~14:30	ゆめステーション研修室2
俳句	水	21	10:00~12:00	役場あるまちステーション
吹矢	水	7・21	14:00~16:00	ゆめステーション多目的ホール
キッズエアロビ	水	7・14・21	18:00~19:00	ゆめステーション多目的ホール
ツインバスケット	水	7・14・21・28	18:30~21:00	玉東中学校体育館
イングリッシュヨガ	水	7・14・21・28	19:30~21:00	ゆめステーション多目的ホール
卓球(大人)	日	4・11・18・25	9:30~11:30	玉東中学校体育館
骨盤エクササイズ ウォーミングアップコース	木	8・15・22	10:00~11:00	ゆめステーション多目的ホール
骨盤エクササイズ レベルアップコース(別途500円)	木	8・15・22	11:00~12:00	ゆめステーション多目的ホール
パソコン	木	8・15・22	13:30~15:00	ゆめステーション研修室1
ヒップホップダンス (別途2000円／月)	木	8・15・22	3歳～小2 18:00~18:40 小3～小5 18:50~19:40 小6以上、中高生・大人19:50~20:40	ゆめステーション多目的ホール
英会話	木	8・22	19:00~20:30	ゆめステーション研修室1
エアロビクス	金	9・16・23・30	13:30~14:15	ゆめステーション多目的ホール
ヨガティス	金	9・16・23・30	14:25~15:10	ゆめステーション多目的ホール
ラティーナ	金	9・23・30	15:15~16:00	ゆめステーション多目的ホール
太極柔力球	金	9・16	10:00~11:30	ゆめステーション多目的ホール
3×3'バスケットボール	金	9・16・23・30	19:30~21:30	玉東中学校体育館
書道	土	10・17・24	9:00~10:30(大人) 10:00~11:30(子供)	ゆめステーション研修室1・2
低山に登ろう 木葉山初日の出	木	1	5:45役場玄関前集合 6時出発 山頂日の出7:20頃 8:30役場解散	持ち物: 飲み物、寒くない服装 懐中電灯(あればヘッドライト)
健康太極拳	土	10・17・24	10:30~11:30	ゆめステーション多目的ホール
バレーボール※ハイレベルコース	水	7・14・21・28	19:00~20:30	玉東中学校体育館
バレーボール ※基本コース	土	10・17・24・31	19:00~20:30	玉東中学校体育館

「初日の出木葉山登山」

★令和8年1月1日(木)

★5時50分役場玄関前集合

8時30分解散

★持ち物: 飲み物、懐中電灯
(ヘッドライト推奨)

★申込不要・雨天中止

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
28	29	30	31	1 大安 元日	2 赤口	3 先勝
4 友引	5 先負	6 仏滅	7 大安 七草の日	8 赤口	9 先勝	10 友引
11 先負 鏡開き	12 仏滅 成人の日	13 大安	14 赤口	15 先勝	16 友引	17 先負
18 仏滅	19 赤口	20 先勝	21 友引	22 先負	23 仏滅	24 大安
25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負	29 仏滅	30 大安	31 赤口