



月	火	水	木	金	土	日
1 休館日	2 ★個人利用スペース 9:00~12:00	3 ★ソーシャルフットボール 13:00~15:00 ◎パラスポひろば 15:00~17:00 ◎みんなでポッチャ 18:30~19:30	4 ★うごき場 10:00~12:00	5 ★個人利用スペース 9:00~12:00 ●みんなのゆるフィット 14:00~15:00	6 	7
8 休館日	9 ★個人利用スペース 9:00~12:00	10 ◎パラスポひろば 15:00~17:00	11 ●メンテナンスヨガ 18:30~19:30	12 ★個人利用スペース 9:00~12:00 ●座・フィットネス 10:00~11:00	13 ◎みんなで ブラインドサッカー 10:00~11:30	14
15 休館日	16 ★個人利用スペース 9:00~12:00 ●アジリティ&ラン 18:30~19:30	17 ★ソーシャルフットボール 13:00~15:00 ◎パラスポひろば 15:00~17:00 ●青竹エクササイズ 19:30~20:30	18 ★うごき場 10:00~12:00	19 ★個人利用スペース 9:00~12:00 ●みんなのゆるフィット 14:00~15:00	20 ◎みんなで フライングディスク 11:00~12:00 ◎みんなでポッチャ 13:00~14:00	21
22 休館日	23 ★個人利用スペース 9:00~12:00	24 ◎パラスポひろば 15:00~17:00 ◎みんなでブラインドサッカー 18:30~19:30	25 ●メンテナンスヨガ 18:30~19:30	26 ★個人利用スペース 9:00~12:00 ●座・フィットネス 10:00~11:00	27 	28 ★個人利用スペース 9:00~12:00
29 休館日	30 ★個人利用スペース 9:00~12:00					

【料金】

障がいのある方は
全ての講座が『参加無料』

- ★障がいのある方のみ
- ◎全員無料
- 障がいのない方は500円

【申し込み】

HPからの予約は
こちら↓



お電話はこちら☎
055-227-2332

【各種SNS】

公式Instagram↓



公式X↓



※内容は予告なく変更になる場合がございますのでご了承ください。