

日	曜	旧和室			洋室		
		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
1	火				卓球	卓球	
2	水	太極拳	合気道	合気道	健康体操		空手
3	木				FD	木曜RD	空手
4	金	金曜RD			卓球	卓球	空手
5	土				卓球	卓球	健康維持
6	日						
7	月	RD		空手	健康体操		
8	火	フラダンス			卓球		空手
9	水	太極拳	合気道	合気道	健康体操	卓球	空手
10	木				FD	木曜RD	空手
11	金	金曜RD	踊り		卓球	卓球	
12	土				卓球	卓球	健康維持
13	日						
14	月			空手			
15	火	フラダンス			卓球		
16	水	太極拳	合気道	合気道	健康体操	卓球	空手
17	木						空手
18	金	金曜RD			卓球	卓球	空手
19	土				卓球	卓球	健康維持
20	日	BS					
21	月	RD		空手	健康体操	卓球	
22	火	フラダンス			卓球	卓球	空手
23	水	太極拳	合気道	合気道	健康体操		空手
24	木				FD	木曜RD	空手
25	金				卓球	卓球	
26	土				卓球	卓球	健康維持
27	日	集会	集会				
28	月			空手		卓球	
29	火				卓球	卓球	
30	水						空手
31	木						空手