

いきいきセンター 北方

住所 北方2丁目29-19 電話番号 047(332)3846

主な活動内容		曜日	曜日詳細	時間	団体名
運動・体操・スポーツ	体操	火	第1・3	9:00 ~ 11:30	ボールさわやか体操
		火	第2・4	9:00 ~ 11:30	ココレ健康体操
	太極拳	水	第1・3	13:00 ~ 15:30	太極拳A
		土	第1・3	9:00 ~ 11:30	太極拳B
	ヨガ	水	第2・4	13:00 ~ 15:00	ヨガ
		土	第2・4	9:30 ~ 12:00	シニアヨガA
		木	第2・4	13:00 ~ 15:00	メンズヨガ北方サークル
	吹き矢	土	第2・4	13:00 ~ 15:30	吹き矢
	練功	日	第1・3	9:00 ~ 12:00	練功十八法
	体操	日	第2・4	9:30 ~ 11:30	レッツダンス
歌・踊り・楽器演奏	民謡	火	第1・3	9:00 ~ 11:30	民謡
	オカリナ	火	第1・3	13:30 ~ 15:30	オカリナ
	民舞	水	第2・4	9:00 ~ 12:00	民舞
	謡曲	水	第2・4	9:00 ~ 11:30	謡曲
	ハワイアンダンス	木	第1・3	9:00 ~ 12:00	ハワイアンA
		金	第1・3	9:30 ~ 11:30	ハワイアンB
	カラオケ	金	第2・4	9:00 ~ 12:00	カラオケ
	歌	金	第2・4	10:00 ~ 12:00	楽しく歌う会
趣味・娯楽	囲碁	火・金・土	毎週	13:00 ~ 16:00	囲碁
	詩吟	木	第1・3	9:00 ~ 11:30	詩吟
	俳句	水	第3	9:00 ~ 12:00	俳句
	折り紙	木	第2	13:00 ~ 16:00	折り紙
			第4	9:00 ~ 12:00	
	着付け	木	第2	9:00 ~ 11:30	着付け+α
	将棋	金・日	毎週	13:00 ~ 16:00	将棋