

令和7年度 施設別年間行事予定表（秋津サッカー場研修室）

4月			5月		
1	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	1	木	
2	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	2	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
3	木		3	土	□カルスポフェスタ春 9-13（カルスポ）
4	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	4	日	
5	土		5	月	
6	日		6	火	
7	月		7	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
8	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	8	木	
9	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	9	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
10	木		10	土	
11	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	11	日	
12	土		12	月	
13	日		13	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
14	月		14	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
15	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	15	木	
16	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	16	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
17	木		17	土	
18	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	18	日	
19	土		19	月	
20	日		20	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
21	月		21	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
22	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	22	木	
23	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	23	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
24	木		24	土	
25	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	25	日	
26	土		26	月	
27	日		27	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
28	月		28	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
29	火		29	木	
30	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	30	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
			31	土	

令和7年度 施設別年間行事予定表（秋津サッカー場研修室）

6月			7月		
1	日		1	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
2	月		2	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
3	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	3	木	
4	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	4	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
5	木		5	土	
6	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	6	日	
7	土		7	月	
8	日		8	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
9	月		9	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
10	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	10	木	
11	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	11	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
12	木		12	土	
13	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	13	日	
14	土		14	月	
15	日		15	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
16	月		16	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
17	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	17	木	
18	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	18	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
19	木		19	土	
20	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	20	日	
21	土		21	月	
22	日		22	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
23	月		23	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
24	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	24	木	
25	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	25	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
26	木		26	土	
27	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	27	日	
28	土		28	月	
29	日		29	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
30	月		30	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
			31	木	

令和7年度 施設別年間行事予定表（秋津サッカー場研修室）

8月			9月		
1	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	1	月	
2	土		2	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)
3	日		3	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)
4	月		4	木	
5	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)	5	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
6	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)	6	土	
7	木		7	日	
8	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	8	月	
9	土		9	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)
10	日		10	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)
11	月		11	木	
12	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)	12	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
13	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)	13	土	
14	木		14	日	
15	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	15	月	
16	土		16	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)
17	日		17	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)
18	月		18	木	
19	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)	19	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
20	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)	20	土	
21	木		21	日	
22	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	22	月	
23	土		23	火	
24	日		24	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)
25	月		25	木	
26	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)	26	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
27	水	□健康体操(ストレッチ) 10-12 (NBS)	27	土	
28	木		28	日	
29	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	29	月	
30	土		30	火	□健康体操(エアロビ) 10-12 (NBS)
31	日				

令和7年度 施設別年間行事予定表（ 秋津サッカー場研修室 ）

10月			11月		
1	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)	1	土	
2	木		2	日	
3	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	3	月	□カルスポフェスタ秋 9-15 (カルスポ)
4	土		4	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)
5	日		5	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)
6	月		6	木	
7	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)	7	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
8	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)	8	土	
9	木		9	日	
10	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	10	月	
11	土		11	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)
12	日		12	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)
13	月		13	木	
14	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)	14	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
15	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)	15	土	
16	木		16	日	
17	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	17	月	
18	土		18	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)
19	日		19	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)
20	月		20	木	
21	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)	21	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
22	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)	22	土	
23	木		23	日	
24	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)	24	月	
25	土		25	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)
26	日		26	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)
27	月		27	木	
28	火	□健康体操（エアロビ） 10-12 (NBS)	28	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)
29	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12 (NBS)	29	土	
30	木		30	日	
31	金	□健康ヨガ 10-12 (NBS)			

令和7年度 施設別年間行事予定表（秋津サッカー場研修室）

12月			1月		
1	月		1	木	休館日
2	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	2	金	休館日
3	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	3	土	休館日
4	木		4	日	11時から営業
5	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	5	月	
6	土		6	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
7	日		7	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
8	月		8	木	
9	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	9	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
10	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	10	土	
11	木		11	日	
12	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	12	月	
13	土		13	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
14	日		14	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
15	月		15	木	
16	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	16	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
17	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	17	土	
18	木		18	日	
19	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	19	月	
20	土		20	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
21	日		21	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
22	月		22	木	
23	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	23	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
24	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	24	土	
25	木		25	日	
26	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	26	月	
27	土		27	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
28	日	15時まで営業	28	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
29	月	休館日	29	木	
30	火	休館日	30	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
31	水	休館日	31	土	

令和7年度 施設別年間行事予定表（秋津サッカー場研修室）

2月			3月		
1	日		1	日	
2	月		2	月	
3	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	3	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
4	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	4	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
5	木		5	木	
6	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	6	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
7	土		7	土	
8	日		8	日	
9	月		9	月	
10	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	10	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
11	水		11	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
12	木		12	木	
13	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	13	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
14	土		14	土	
15	日		15	日	
16	月		16	月	
17	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	17	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
18	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	18	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
19	木		19	木	
20	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	20	金	
21	土		21	土	
22	日		22	日	
23	月		23	月	
24	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）	24	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）
25	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）	25	水	□健康体操（ストレッチ） 10-12（NBS）
26	木		26	木	
27	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）	27	金	□健康ヨガ 10-12（NBS）
28	土		28	土	
			29	日	
			30	月	
			31	火	□健康体操（エアロビ） 10-12（NBS）