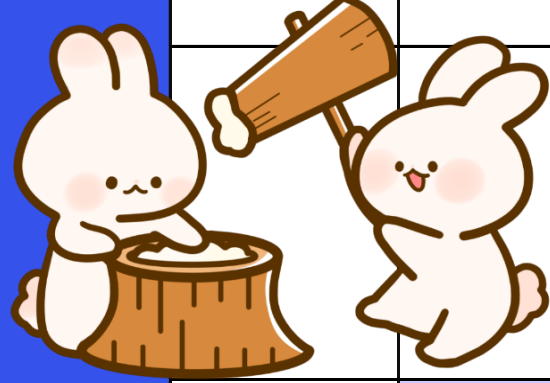


いつでも、だれでも、いつまでも

遊・Uクラブ 月間スケジュール

2026 年 9 月



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
		Uホール 休館日	19:00 フラダンス教室	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:30 キッズリズム ダンス	18:00 Jr.バドミントン 19:30 ステップ エクササイズ	9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨガ
6	7	8	9	10	11	12
	10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	19:00 フラダンス サークル	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:30 キッズリズム ダンス	13:30 ZUMBAゴールド 18:00 Jr.バドミントン 19:30 ZUMBA	9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ
13	14	15	16	17	18	19
	10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	9:00～ はじめての トランポリン 申込み開始	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:00 キッズリズム ダンス		
20	21	22	23	24	25	26
	敬老の日	国民の休日	秋分の日	Uホール 休館日	Uホール 休館日	9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨガ 19:00 テニスサークル
27	28	29	30			
	10:00 リフレッシュ ヨガ 13:30ステップ エクササイズ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	10:00 ノルディック ウォーク 18:30 トランポリン 19:00 フラダンスサー クル			

遊・U-DAY
開催日

誰でも参加OK！ 会員無料
にこにこ運動タイム13:00～17:00
(ビーチボール・ラージボール教室13:30～15:00)
遊・Uタイム17:00～21:00



2026 遊・Uクラブ会員&受講生募集

HPIはこちら

Instagram
はこちら

お問合せ・お申し込みは…遊・Uクラブ TEL64-1437 (Uホール内)

ホームページ<http://www.uu-club.org/>