

No.	グループ名	活動内容	活動日	活動時間	会 場
1	プラーナ・ヨガ	ヨガ	毎週月曜日	18:30~20:30	軽運動室
2	ヨガ・ナマステ	ヨガ	毎週金曜日	13:00~15:00	軽運動室
3	ヨガサークル	ヨガ	毎週水曜日	18:00~20:00	軽運動室
4	シャクティー	ヨガ	毎週金曜日	19:00~21:00	軽運動室
5	ヨガ ミキティ	ヨガ	毎週月曜日	9:30~11:30	軽運動室
6	チャクラ	ヨガ	毎週木曜日	10:00~12:00	軽運動室
7	グリーン ヨガ	ヨガ	第2・4金曜日	10:00~12:00	第2・4講習室
8	MOONヨガ	ヨガ	第1・3月曜日	10:00~12:00	第2・4講習室
9	ヨギーニ	ヨガ	毎週木曜日	18:30~20:30	第1講習室
10	ビューティヨガ	ヨガ	第2・4水曜日	10:00~11:30	第1講習室
11	ラフター（笑）ヨガ エンジェル	ラフターヨガ	第1・3月曜日	13:00~16:00	第1講習室
12	KOTUBANサークル	骨盤エクササイズ	第1・2・4 木曜日	9:30~11:30	軽運動室 第1講習室
13	美骨サークル	骨盤エクササイズ	第2・3・4 木曜日	13:00~15:00	軽運動室
14	チーム骨BAN	骨盤エクササイズ	第1・3月曜日	19:00~20:30	第1講習室
15	ダンス・セルティー	ジャズダンス	第1・2・3 水曜日	12:30~14:30	軽運動室
16	プルメリアフラレディース	フラダンス	毎週水曜日	20:00~21:30	軽運動室
17	フォークダンス同好会	フォークダンス	第2・4水曜日	14:30~16:30	軽運動室
18	イリマレイ アロハ ロゼラニ	フラダンス	毎週土曜日	15:00~17:00	軽運動室
19	ヘルシー・エクササイズ	エクササイズ	毎週月曜日	15:00~16:00	軽運動室
20	舞恵美会	民舞・日舞	第1・2・4 水曜日	13:30~15:30	第1講習室
21	筆の会	書道	第1・4水曜日	13:00~15:00	第5講習室
22	静友会	華道	月末 月曜日	19:00~21:00	第1講習室
23	和幸会	華道	第2・4月曜日	19:00~21:00	第4講習室
24	お茶女会	茶道	第3木曜日	19:00~21:00	第3講習室
25	茶々	茶道	第1水曜日	13:00~17:00	第3講習室

No.	グループ名	活動内容	活動日	活動時間	会場
26	雅の会	着付	第2・4水曜日	19:00~21:00	第4講習室
27	和心	着付	月3回 土曜日	9:00~13:00	第1講習室
28	装道着装教室	着付	第1・3金曜日	19:00~21:00	第1講習室
29	レモンスターの会	パッチワーク	第2・4木曜日	14:00~16:00	②第4講習室 ④第5講習室
30	つゆくさ会	パッチワーク	第1・3月曜日	14:00~16:00	第5講習室
31	ティアレ	ハワイアンキルト	第2・4水曜日	19:00~21:00	第5講習室
32	ブリッコ会	抱き人形	第1・3土曜日	10:00~12:00	第5講習室
33	すみれ俳句会	俳句	第1木曜日	13:00~16:00	第5講習室
34	あすなろ	手話	毎週木曜日	19:00~21:00	第5講習室
35	はなみずき	金融学習	第2木曜日	13:30~16:00	第5講習室
36	ピュアキッチン	料理	第3月曜日	9:30~12:30	料理教室
37	きずな会	料理	第1金曜日	19:00~21:30	料理教室
38	Mama's クッキング	料理	第3金曜日	9:30~13:00	料理教室
39	花庵2	料理	第3水曜日	9:00~13:00	料理教室
40	ひまわりクッキングクラブ	料理	第2水曜日	10:00~13:00	料理教室
41	ベリーズ工房	料理	第3木曜日	10:00~13:00	料理教室
42	エミーズクッククラブ	料理	第3金曜日	19:00~21:00	料理教室
43	パパクッキングクラブ	男性料理	第2木曜日	19:00~21:00	料理教室
44	男性料理の会	男性料理	第3月曜日	18:30~21:00	料理教室
45	おとこの厨房	男性料理	第2月曜日	19:00~21:00	料理教室
46	じゃおクッカーズ	男性料理	第1月曜日	19:00~21:00	料理教室
47	キッチントライ	男性料理	第3木曜日	18:00~22:00	料理教室
48	ストロベリー	パン作り	第2金曜日	19:00~21:00	料理教室
49	エミーズ工房	パン作り	第4月曜日	9:30~12:00	料理教室

No.	グループ名	活動内容	活動日	活動時間	会場
50	三ツ星パンクラブ	パン作り	第4月曜日	13:30~15:30	料理教室
51	M' s b r e a d クラブ	パン作り	第1月曜日	10:00~12:00	料理教室
52	てとて	ボランティア (子育て支援)			第4講習室
53	やる気クラブ	起業のための 情報交換	第1木曜日	9:00~12:00	404号室