

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・セルティナー	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	かかし句会	俳句	第2月曜日	13:30～15:30	第5講習室
22	筆の会	書道	第1・4水曜日	13:00～15:00	第5講習室
23	静友会	華道	月末月曜日	19:00～21:00	第1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
26	雅の会	着付け	第2・4水曜日	19:00～22:00	第4講習室

No.	グループ名	活動内容	活動日	活動時間	会場
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	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
31	ブリッコ会	抱き人形	第1・3土曜日	10:00～12:00	第5講習室
32	あすなろ	手話	毎週木曜日	19:00～21:00	第5講習室
33	ピュアキッチン	料理	第3月曜日	9:30～12:30	料理教室
34	Mama'sクッキング	料理	第3金曜日	9:30～13:00	料理教室
35	花庵2	料理	第3水曜日	9:00～13:00	料理教室
36	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
37	ベリーズ工房	料理	第3木曜日	10:00～13:00	料理教室
38	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
39	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
40	男性料理の会	男性料理	第3日曜日	9:00～13:00	料理教室
41	キッチン トライ	男性料理	第3木曜日	18:00～22:00	料理教室
42	ストロベリー	パン作り	第2金曜日	19:00～21:00	料理教室
43	エミーズ工房	パン作り	第4月曜日	9:30～12:00	料理教室
44	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
45	てとて	ボランティア (子育て支援)			第4講習室
46	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