ココスポ東伏見プログラム・スケジュール表　≪2025年5月≫

（２０２５年４月１５日）

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
※ヒップホップ(MAI)クラス 入門・初級・中級 レッスン時間 入門クラス　15:40 ～ 16:25 初級クラス　16:30 ～ 17:20 中級クラス　17:30 ～ 18:20	金曜日　保谷中　19:00～20:30 【体育館】ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ・ｽﾎﾟﾝｼﾞﾃﾆｽ・ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ 【多目的室】ﾋｯﾌﾟﾎｯﾌﾟYUTAクラス中級↓ 19:15～20:10 【校庭】ｽｷﾙｱｯﾌﾟｻｯｶｰ・硬式テニス		1	5/1(木)～5/6(火)GWの為全プログラム休講		
5 祝	6 祝	7 休館日	8 フラダンス 10:30～11:30 ふれあいプラザ 健康体操 13:30～14:30 ふれあいプラザ	9 ヨガ 10:00～ギャラリーツカサ ケイキフラ 16:30～17:15ふれあいプラザ 保谷中体育館＆校庭 19:00～20:30 ヒップホップ(YUTA)中級 保中多目的室19:15-20:10	10	11 パントマイム 10:30～11:30 ふれあいプラザ
12	13 リトミック 9:20/10:20 ふれあいプラザ ベリーダンス 16:30～17:30 ふれあいプラザ	14 ピラティス 10:00/11:00 ふれあいプラザ ヒップホップ (MAI) 15:40/16:30/17:30 東仁ビルB1 ヒップホップ (YUTA) 16:20/17:10 ふれあいプラザ	15 フラダンス 10:30～11:30 ふれあいプラザ 健康体操 13:30～14:30 ふれあいプラザ	16 ヨガ 10:00～ギャラリーツカサ ケイキフラ 16:30～17:15ふれあいプラザ 保谷中体育館＆校庭 19:00～20:30 ヒップホップ(YUTA)中級 保中多目的室19:15-20:10	17	18 ﾊﾞﾗﾝｽｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝ 10:00～11:00 ふれあいプラザ 障がい者スポーツ 10:30～12:00 東伏見小体育館
19	20 リトミック 9:20/10:20 ふれあいプラザ ベリーダンス 16:30～17:30 ふれあいプラザ	21 ピラティス 10:00/11:00 ふれあいプラザ ヒップホップ (MAI) 15:40/16:30/17:30 東仁ビルB1 ヒップホップ (YUTA) 16:20/17:10 ふれあいプラザ	22 フラダンス 10:30～11:30 ふれあいプラザ 健康体操 13:30～14:30 ふれあいプラザ	23 ヨガ 10:00～ギャラリーツカサ ケイキフラ 16:30～17:15ふれあいプラザ 保谷中体育館＆校庭 19:00～20:30 ヒップホップ(YUTA)中級 保中多目的室19:15-20:10	24	25 パントマイム 10:30～11:30 ふれあいプラザ
26	27 リトミック 9:20/10:20 ふれあいプラザ ベリーダンス 16:30～17:30 ふれあいプラザ	28 ピラティス 10:00/11:00 ふれあいプラザ ヒップホップ (MAI) 15:40/16:30/17:30 東仁ビルB1 ヒップホップ (YUTA) 16:20/17:10 ふれあいプラザ	29 フラダンス 10:30～11:30 ふれあいプラザ	30 ヨガ 10:00～ギャラリーツカサ ケイキフラ 16:30～17:15ふれあいプラザ ※保谷中体育館 19:00～20:30 ヒップホップ(YUTA)中級 保中多目的室19:15-20:10	31	

※場所・時間は変更の場合があります。必ず毎月のスケジュールをご確認ください。【ココスポ東伏見☎０４２-４５２-３４４６】