

令和7年度 にこにこ体操教室日程表

会場	住所	うわばき	曜日	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
下妻公民館 ※6～9月は下妻市役所 3階3-2会議室で開催	本城町3丁目36-1		第4水	28	25 ※市役所	23 ※市役所	27 ※市役所	24 ※市役所	22	26	24	28	25	25
大宝公民館	大串733	要	第3金	16	20	18	29 ※第5金	19	17	21	19	16	20	6 ※第1金
鵜波ノ江市民センター	若柳甲284	要	第2水	14	11	9	20 ※第3水	10	8	12	10	14	18 ※第3水	11
上妻市民センター	柴29	要	第4金	23	27	25	22	26	24	28	26	23	27	27
働く婦人の家	今泉240	要	第1木	1	5	3	7	4	2	6	4	8 ※第2木	5	5
豊加美市民センター	加養98	要	第4木	22	26	24	28	25	23	27	25	22	26	26
高道祖市民センター	高道祖1002	要	第2金	9	13	11	8	12	10	14	12	9	13	13
別府コミュニティセンター	別府281-3	要	第3水	21	18	16	20	17	15	19	17	21	18	18
千代川公民館	鬼怒230		第3火	20	17	15	19	16	21	18	16	20	17	17

体操時間 10:00～11:00（受付9:30～）

持ち物 飲み物、汗拭き用タオル、うわばき(会場による)