

西東京市 武道場プログラム

| 月 | 火 | 水 |
|-------|---------------------------------|---------------------------------------|
| 武道場 | 武道場 | 武道場 |
| 9:00 | | |
| 10:00 | 9:30~10:30 太極拳 篠村 (40) | 9:15~10:25 ヨガ式健康体操① 岩崎 (50) |
| 11:00 | 10:45~11:45 気功 篠村 (40) | 10:40~11:50 ヨガ式健康体操② 岩崎 (50) |
| 12:00 | | |
| 13:00 | | |
| 14:00 | | |
| 15:00 | | |
| 16:00 | | |
| 17:00 | | |
| 18:00 | | |
| 19:00 | | |
| 20:00 | | |
| 21:00 | | |

月会費制カルチャースクール
 共通定期プログラム

西東京市体育施設武道場

指定管理者 東京ドームグループ