

令和7年度 第2回

フレ卓教室
ピンポン教室（週1回/3か月）全12回 13：30～16：00

月	回数	テーマ	概要
7月	7月 第1回	オリエンテーション	卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分） *初めて角川を利用される方は13：00迄にお越しください
	14月 第2回	運動実践	卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	21月 第3回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	28月 第4回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
8月	4月 第5回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	11月 第6回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	18月 第7回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	25月 第8回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
9月	1月 第9回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	8月 第10回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	15月 第11回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）
	22月 第12回		卓球教室（13：30～15：00 1時間30分）～水中運動（15：20～15：40 20分）