

# 腰越なごやかセンターサークル一覧表

令和7年1月10日現在

分野	No.	サークル名	定例日			募集の有無
体操・運動・ダンス	1	銀の鈴	第2・第4	金	第2 13:30~15:00 第4 9:30~11:00	○
	2	いきいきサークルしおかせ	第2・第4	水	9:45~11:00	○
	3	こゆるぎ体操	第1・第3	水	9:30~11:30	×
	4	健康ストレッチサークル	第1・第3	土	10:00~11:30	○
	5	元気まんぷく会	第1・第3	火	9:30~10:45	○
		ウォーキング貯筋の会	第2・第4	木	13:30~15:00	○
	7	しおさいの会	第2・第4	木	9:30~11:00	×
	8	コスモスの会	第1・第3	金	10:00~11:30	○
		元気アップ体操	第1・第3	金	13:30~15:00	○
	10	平成さんいち会	第2・第4	火	10:00~11:30	○
	14	ディスコエクササイズ	第1・第3	火	13:30~15:00	×
	11	ベルの会	第1・第3	水	10:00~11:30	○
	12	健康体操 <small>ジキョウジュツドウコウカイ</small> 自彊術同好会	第2・第4	月	10:00~11:30	○
	13	鎌倉市湘南太極拳クラブ	第3	木	13:00~15:30	○
		<small>ヒヤクエ</small> 百会の会	第1・第3	月	10:00~12:00	○
	16	ヨガ	第2・第4	水	10:00~11:30	○
17	ピラティス	第2・第4	土	10:00~11:30	×	
舞踊	18	盆踊り	第2・第4	月	13:30~15:30	×
	20	フラダンス	第2・第4	火	13:30~15:00	○
パソコン	21	わくわくパソコン	第1・第3	月	11:15~12:45	○
	22	キラキラパソコン	第1・第3	月	9:30~11:00	○
	23	あじさいパソコン	第2・第4	月	11:15~12:45	○
	24	ほほえみパソコン	第2・第4	月	9:30~11:00	○
音楽	25	腰越合奏クラブ	第2	火	13:00~15:30	○
	26	コーラスこだま	第3	水	13:00~16:00	○
		<small>ハハソノモリガッショウダン</small> 柞の森合唱団(休止中)				×
	28	なごやかウクレレ	第1・第3	木	13:30~14:30	×
		ウクレレLoco	第1・第3	木	14:45~15:45	○
30	なごやかりコーダー	第2・第4	土	13:30~15:00	○	
手芸・美術	19	折り紙	第3	木	10:00~11:30	×
	31	手芸 たんぽぽ	第2・第4	土	13:00~15:30	○
	32	フラワーアレンジメント	第1	水	13:30~15:30	○
	33	絵手紙 さくら草	第2	金	13:00~15:00	○
		絵手紙 いろどり	第2	金	10:00~11:30	×
35	トールペイント	第3	火	10:00~12:00	○	
その他	36	英会話 TEDの会	第3	土	13:30~15:00	×
	38	囲碁 なごやか囲碁クラブ 月曜会	第1・第3	月	13:30~16:00	○