

腰越なごやかセンターサークル一覧表

令和8年5月11日現在

分野		No.	サークル名	定 例 日			会員募集 の有無
体操・運動・ダンス	軽体操・脳トレ	1	銀の鈴	第2・第4	金	第2 13:30~15:00 第4 10:00~11:30	○
	体操・ストレッチ	2	いきいきサークルしおかぜ	第2・第4	水	9:45~11:00	○
	体操	3	こゆるぎ体操会	第1・第3	水	9:30~11:30	×
	体操・ヨガ	4	健康ストレッチサークル	第1・第3	土	10:00~11:30	○
	体操	5	元気まんぷく会	第1・第3	火	10:30~11:45	○
		6	ウォーキング貯筋の会	第2・第4	木	13:30~15:00	○
		27	腰越ポールウォーキング同好会	第1・第3	火	10:00~12:00	○
	体操・ストレッチ	7	しおさいの会	第2・第4	木	9:30~11:00	×
	元気アップ体操	8	コスモスの会	第1・第3	金	10:00~11:30	○
		9	ひまわり	第1・第3	金	13:00~14:30	○
		10	平成さんいち会	第2・第4	火	10:00~11:30	○
	体操・ダンス	14	ディスコエクササイズ	第1・第3	火	13:30~15:00	○
	3日体操	11	ベルの会	第1・第3	水	10:00~11:30	×
	健康体操	12	ジキョウジュツドウコウカイ 自彊術同好会	第2・第4	月	10:00~11:30	○（若干名）
	太極拳	13	鎌倉市湘南太極拳クラブ	第3	木	13:00~15:30	○
		15	コソゴエ ヒャクエ カイ 腰越百会の会	第1・第3	月	10:00~12:00	○
	ヨガ	16	トパーズ	第2・第4	水	10:00~11:30	○
	ピラティス	17	ピークピラティス	第2・第4	土	10:00~11:30	○（若干名）
舞踊	盆踊り	18	和楽	第2・第4	月	13:30~15:00	○
	フラダンス	20	プルメリア	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	歌・合奏	25	腰越合奏クラブ	第2	火	13:00~15:30	○
	コーラス	26	コーラスこだま	第3	水	13:00~15:30	○
	ウクレレ	28	なごやかウクレレ	第1・第3	木	13:30~14:30	○
		29	ウクレレLoco	第1・第3	木	14:45~15:45	×
	リコーダー	30	なごやかリコーダー	第2・第4	土	13:00~15:00	○
手芸・美術	折り紙	19	オトナな折り紙	第3	木	10:00~12:00	○
	手芸	31	たんぽぽ	第2・第4	土	13:00~15:00	○
	フラワーアレンジメント	32	華子さん	第1	水	13:30~15:30	○
	絵手紙	33	さくら草	第2	金	13:00~15:00	○
		34	いろどり	第2	金	10:00~12:00	×
	トールペイント	35	マーレライ	第3	火	13:00~15:30	○
その他	英会話	36	TEDの会	第3	土	13:30~15:00	×
	囲碁	38	なごやか囲碁クラブ 月曜会	第1・第3	月	13:30~16:00	○