

		サークル名	活 動 日
健 康 ・ 運 動 ・ 体 操	体 操	カルチャーリズム体操同好会	木曜日 午前
		エンジョイスマイル	月曜日 午前
		肩こり改善肩甲骨体操	火曜日 午後
		体幹トレーニング新札幌	水曜日 午前
		自彊術サークル	木曜日 午前
		仲間と一緒に楽しく 健康づくり3B体操	木曜日 午前
		自分でできるかんたん整体体操	第2木曜日 夜間
		体軸ヨガ&ピラティス	金曜日 午前
		ウォーキングサークル	金曜日 午前
		ステップ21	火曜日 午前
	ヨガ	楽しいヨガ	月曜日 夜間
		ビューティーヨガサークル	水曜日 夜間
		ヨガサークルひまわり	金曜日 午前
	太極拳	太極拳 厚別練習会	第1月曜日 午後
	足もみ	足うら健康法	第1.3金曜日 午後
	フィットネス	ZUMBA	月曜日 夜間
	空手	清心会 新札幌空手クラブ	月曜日 夜間
		新極真会 平山道場	水曜日 夜間