体操

体深			
	〉民館・ センター名	団体・サークル名	活動内容
城山	本館	自彊術	体操を行う体操の型直し
中部	本館	生き生きサークル	有酸素運動とストレッチ
中部	本館	はつらつ健康クラブ	健康体操
中部	後町ホール	ながの北部スポーツクラブ	健康体操、ストレッチ
中部	第五地区分館	ながの北部スポーツクラブ	健康体操
芹田	NJII-GE/JIE	さくら体操(自彊術)	膝痛、腰痛予防のために体操を行う
古牧		自彊術	自分の体を自分で治す体操
吉田		やよいの会	健康のため
吉田		脳と体のリフレッシュサークル	脳トレと体力増強のため 体操
吉田		ひまわり体操クラブ	月2回のストレッチ体操・リズム運動
柳原		ロコモ体操同好会	開眼片足立ち、スクワット、ストレッチ、ラジオ体操ほか
柳原		あったかほーむプラザ	
	+		ストレッチ・筋力体操・脳トレ等
浅川	本館	浅川さわやか体操くらぶ	ストレッチ、体操、ダンス、ボール遊び
浅川	浅川分室	浅川さわやか体操くらぶ	ストレッチ、体操、ダンス、ボール遊び
大豆島		ボールでピラティス	ボールやバンドを使ったピラティスと健康体操
大豆島		大豆島すこやか健康教室	身体全体のストレッチ
朝陽	本館	朝陽きらきら体操クラブ	朝陽てのひら体操、はつらつ体操、脳トレ、仲間づくり
朝陽	本館	信濃和っしょい	よさこい踊りを踊ることで体力向上、フレイル予防体操など
朝陽	本館	ながの健康体操	体操
朝陽	本館	シニア体操クラブ	関節をほぐし、全身・足腰の筋力をアップする
朝陽	朝陽分室	朝陽きらきら体操クラブ	朝陽てのひら体操、はつらつ体操、脳トレ、仲間づくり
朝陽	朝陽分室	信濃和っしょい	よさこい踊りを踊ることで体力向上、フレイル予防体操など
朝陽	朝陽分室	ながの健康体操	体操
朝陽	朝陽分室	シニア体操クラブ	関節をほぐし、全身・足腰の筋力をアップする
安茂里	本館	自彊術	自彊術体操と療法を学び普及する
安茂里	本館	安茂里整美体操	整美体操(ストレッチ)
安茂里	本館	紙ひこうき	簡単な運動、ストレッチ
芋井		ひまわり	マット・ポール使用のストレッチ
篠ノ井	本館	血液サラサラ健康体操	ストレッチ体操を行う
篠ノ井	本館	健康体操OB会	ストレッチ、筋トレ、有酸素運動を行い、リフレッシュ
篠ノ井	本館	健康体操OB わかば会	健康体操、整美体操、ストレッチ、リズム体操、練習と活動
篠ノ井	本館	さわやか	健康体操、ストレッチ
篠ノ井	本館	信州マンダラ会 篠ノ井支部	気功体操、健康管理
篠ノ井	本館	整美体操クラブ	筋トレ、ストレッチ、軽いヨガ
篠ノ井	川柳分館	整美体操クラブ	筋トレ、ストレッチ、軽いヨガ
篠ノ井	共和分館	ストレッチの会	体操を行う
篠ノ井	塩崎分館	塩崎口コモ体操の会	健康チェック(血圧・塩分チェック含む尿)及び口コモ体操(脳トレ、筋トレ、ストレッチ)
松代	東条分館	健康体操	体操(有酸素運動・ストレッチ・筋肉運動)
松代	東条分館	ブーメラン	リズム体操、ストレッチ
松代	西寺尾分館	はつらつひまわり会	ストレッチ体操を中心に筋トレ、脳トレ等、楽しく健康づくり活動を行う
若穂	本館	ジャギー若草	体操で身体を動かす
若穂	綿内分館	ういっしゅクラブ	ストレッチ・レクダンス・リズム体操
川中島町	中津分館	パドル体操	パドル(体操補助具)を使い曲に合わせて体を動かす
川中島町	中津分館	らんらんらん	ストレッチ、筋トレ
川中島町	御厨分館	御厨はつらつクラブ	はつらつ体操、脳トレ、レクレーション他
更北	本館	ながの健康体操	1時間半の体操
更北	稲里分館	いきいき健康体操サークル	体操とストレッチをおこなう
更北	稲里分館	操体塾	操体
更北	小島田分館	シェイプアップ同好会	ダンス、ストレッチ、体力づくり
更北	小島田分館	卓球同好会	軽い体操、ピンポン
更北	小島田分館	のびのびストレッチと手仕事	体操その他
更北	小島田分館	サンクス スマイル	のびのびストレッチ体操及び筋肉作り
信更	高野	高野リフレッシュクラブ	体操
~~	,		Trian.

陸上競技

	公民館・ 交流センター名	団体・サークル名	活動内容
若穂	本館	若穂ランニング倶楽部ジュニア	陸上競技の練習

球技

-902	NX				
	、民館・ センター名	団体・サークル名	活動内容		
城山	第二地区分館	ふれあい	ゲートボールの練習、大会開催		
城山	第二地区分館	Rabbits NY	バスケットボール教室		
中部	後町ホール	アモバト	バドミントンの練習		
中部	後町ホール	SVBC	ソフトバレー		
中部	後町ホール	エム・ビーンズ	フットサル、トレーニング		
中部	後町ホール	オリカフェ	卓球		
中部	後町ホール	オレンジピピ	主に卓球の練習		
中部	後町ホール	オンスリーナガノ	3×3を中心にゲームを楽しむ		
中部	後町ホール	くまさんチーム	ソフトバレーの練習		
中部	後町ホール	めどれい	卓球		
中部	後町ホール	コスモスクラブ	バウンドテニスの練習		
中部	後町ホール	サンディア	バドミントンの練習		
中部	後町ホール	城東ミニバス(男子)	バスケットボールの練習		
中部	後町ホール	竹内バド	バドミントンの練習 交流		
中部	後町ホール	たまちゃん卓球クラブ	卓球の練習をする		
中部	後町ホール	TBBC2	高校生のバスケットボール育成		

1 40	William I	1.01.1.10-1-1-1-1	
中部	後町ホール	パウンドマイスター	パウンドテニス
中部	後町ホール	ピッコロ	ソフトバレーの練習
中部	後町ホール	大豆島ファイターズ	小学生バレーボール
中部	後町ホール	三輪フットサル	スポーツ全般の練習
中部	後町ホール	柳澤会	バスケットの練習
中部	後町ホール	リトル・ウィロー	卓球
中部	後町ホール	G♭	バスケットボール
中部	後町ホール	信州排球同好会 長野支部	バレーボールの練習
中部	後町ホール	なみる軍団	バスケットボールの練習
中部	後町ホール	サンデー	ソフトバレー
中部	後町ホール	パセリ倶楽部	バウンドテニスサークル
中部	後町ホール	常春藤	バウンドテニスのルールとプレーの取得
中部	後町ホール	TBBR	バスケの練習とリズムトレーニング
中部	後町ホール	Take clab	バスケットボール練習
中部	後町ホール	上條バト	バトミントンの練習
中部	後町ホール	ОТК	バトミントンの練習
中部	後町ホール	ONスリー長野	バスケットボールの練習
中部	後町ホール	コバヤシバスケ	バスケットボール
中部	後町ホール	寮生交流サークル	球技
中部	後町ホール	ミントネット	バレーボール・バドミントンの練習、世代間交流
芹田		長野市バウンドテニス協会	試合に関する勉強会
芹田		せりたクラブ	サッカーを通じた健全育成
芹田		芹田ドッジボールクラブ	ドッジボール
		日本ゲートボール連盟 古牧支部	
古牧	1		ゲートボール大会の企画、実施
古牧	1	長野市ドッジボール協会	毎月定例会を開催し大会及び普及について会議を行う
三輪		柳町ソフトテニスクラブ	子供達のソフトテニスがスムーズに実施できる様にする会議
三輪		三輪ドッジボールクラブ	ドッジボールの運営のための会議
吉田	+	長野市ソフトボール連盟	リーグ戦・トーナメント戦の開催
	1		レクリエーション活動企画・運営、講習会の開催、学習
古里		RE-create 援	
古里		古里早起野球連盟	軟式野球 他
柳原		北部ボッチャサークル	みんなで楽しめるようルールの指導、学習、および試合形式で実践を行う
柳原		東リーグ	野球 食トレなどの勉強会
浅川	本館	浅川バドミントンクラブ	パドミントン
浅川	本館	こっこクラブ	バウンドテニス
浅川	本館	桜クラブ	バドミントン
浅川	本館	ロング ラリーズ	ソフトバレーボール
浅川	本館	TAKUTOMO	バトミントン
		I.	
浅川	本館	ラスラティーナ	スポーツレクリエーション
浅川	本館	浅川バレーボール	バレーボールの練習
浅川	本館	リバティ	バレーボールの練習及び練習試合
浅川	本館	エンジョイジュニアサッカー	サッカー
浅川	本館	檀田ソフトバレー	ソフトバレーボール
2.45.111			テニス、バドミントン
浅川	本館	TYクラブ	
浅川	本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ	ソフトテニス
浅川	本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ	ソフトテニス
浅川	本館本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催
浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン
浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 末館 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 本館 本館 大館 大館 大館 大館 大館 大川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バウンドテニス
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 大館 大館 大館 大館 大館 大館 大川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトパレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バウンドデニス バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 本館 表館 表館 表開分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バウンドデニス バドミントン ソフトバレーボール
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 本館 表開分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 本館 表館 表館 表開分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バウンドデニス バドミントン ソフトバレーボール
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 本館 表開分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ ゼクラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合
浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー
浅	本館 本館 本館 本館 表別分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バウンドデニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 ソフトバレーボール
浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー
浅	本館 本館 本館 本館 表別分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バウンドデニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 ソフトバレーボール
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅	本館 本館 本館 表別分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトテニス
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 表別分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バトミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅	本館 本館 本館 本館 表別分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ ゼクラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ブトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バトミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ ゼクラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ブトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン
浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅川 浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラディーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン 休保後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催
浅川 浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議
浅川 浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ ごっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 浅川吉田田町ソフトデニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 屋敷田SC 屋敷田SC 屋敷田 大塚大塚 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン リカトデニス 長水地区のリフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン が発後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動
浅川 浅川 浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バウンドデニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン 内によりには、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様を
浅川 浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ ごっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 浅川吉田田町ソフトデニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 屋敷田SC 屋敷田SC 屋敷田 大塚大塚 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン リカトデニス 長水地区のリフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン が発後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動
浅川 浅川 浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バウンドデニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン 内によりには、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様をは、一様を
浅川 浅川 浅浅川 浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅	本館 本館 本館 本館 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室 浅川分室	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラディーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 浅水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島阜球クラブ りっぷる	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 リカト リフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン 「バミントン バドミントン バドミントン 「バミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン は操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習(週1回)大会への参加、大豆島体育館要護会活動、総会(年1回)
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅	本館本館館本館館本館館表別の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本での一本での一本での一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島GBクラブ 大豆島GBクラブ 大豆島マフラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 アレーボールの練習人び練習試合 サッカー ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合プランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆鳥公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習(週1回)大会への参加、大豆鳥体育館受護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いヤルールなどを勉強する
浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川	本館本館館本館 本館 表別 表別 表別 全 表別 会 を 表別 の を を 表別 の を ままままます。 表別 の を まままます。 表別 の を まままます。 まままます。 まままます。 ままままます。 ままままます。 まままます。 まままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 まままままます。 ままままままます。 まままままままま	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ でっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島 G B クラブ 大豆島 G B クラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウイングクラブ	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習 (週1回) 大会への参加、大豆島体育館要護会活動、総会 (年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する バウンドデニス
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅	本館本館館本館館本館館表別の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本での一本での一本での一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館の一本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島GBクラブ 大豆島GBクラブ 大豆島マフラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ	ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 アレーボールの練習人び練習試合 サッカー ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合プランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆鳥公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習(週1回)大会への参加、大豆鳥体育館受護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いヤルールなどを勉強する
浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川 浅浅川	本館本館館本館 本館 表別 表別 表別 全 表別 会 を 表別 の を を 表別 の を ままままます。 表別 の を まままます。 表別 の を まままます。 まままます。 まままます。 ままままます。 ままままます。 まままます。 まままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 ままままます。 まままままます。 ままままままます。 まままままままま	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ でっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島 G B クラブ 大豆島 G B クラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウイングクラブ	リフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフトバレーボール デニス、バドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習 (週1回) 大会への参加、大豆島体育館要護会活動、総会 (年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する バウンドデニス
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅	本館本館館本館の本館の表別の表別の表別の表別の表別の表別の表別の表別の表別の表別の表別の表別の表別の	 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市公規卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島GBクラブ 大豆島卓球クラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウイングクラブ 朝陽親子レク 朝陽・イズ 	
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅	本館 本館 本館 本館 表別	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ でってクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 浅川吉田田町ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトデニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 パド同好会 屋敷田SC 屋敷田SC 屋敷田SC 屋敷田SC 屋敷田 大豆島 G B クラブ 大豆島 G B クラブ 大豆島 ロラブ 大豆島 卓球クラブ ヴっぷる 長野市ママさんパレーボールクラブ ヴィングクラブ 朝陽乳子レク 朝陽 朝陽 引ズ 健康美体操クラブ	リフトテニス 長水地区のソフトパレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション スポーツレクリエーション スポーツレクリエーション フレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボール テニス、バドミントン ソフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 規例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習(週1回)大会への参加、大豆島体育館愛護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する バウンドテニス 卓球、バドミントン ソフトボールを通じた体力作り バドミントン、肩甲骨を意識したストレッチ、足や腰を強くすること
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大,朝朝朝朝朝朝明川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館本館館本館館本館館表別の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現していません。 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川市田町町ソフトテニスクラブ 浅川ち田田町ソフトテニスクラブ 浅水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島卓球クラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウィングクラブ 朝陽親子レク 朝陽明イズ 健康美体操クラブ かえるクラブ	リフトテニス 長水地区のソフトパレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン パドミントン パウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 ジカト シフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトアニス 長水地区のソフトパレーボール機技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ボルーボール 東望なの練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習 (週1回) 大会への参加、大豆島体育館愛護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する バウンドテニス 卓球、バドミントン リフトボールを通じた体力作り バドミントン、肩甲骨を意識したストレッチ、足や腰を強くすること 卓球
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大,朝朝朝朝朝朝朝朝明川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川田豆豆豆豆豆豆圆陽陽陽陽陽陽陽陽陽陽	本館 本館 本館 本館 本館 表別川分室 浅浅川分室 浅浅川分室 え浅川分室 え浅川分室 を表別の分室 を表別の分室 を表別の一位 表別の一位 表	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラディーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島GBクラブ 大豆島GBクラブ カっぷる 長野市マさんバレーボールクラブ 可っぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ 可っぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウィングクラブ 朝陽親フレク 朝陽明コイズ 健康美体操クラブ かえるクラブ たそがれ夫人	リフトテニス 長水地区のソフトパレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン ソフトパレーボール パトミントン ソフトパレーボール パトミントン メボーツレクリエーション パレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフト/「レーボール テニス、パドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトパレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区廻3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 パレーボールの練習(週1回)大会への参加、大豆島体育館愛護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する パウンドテニス 卓球、パドミントン ソフトボールを通じた体力作り パドミントン、肩甲骨を意識したストレッチ、足や腰を強くすること 卓球 プレーボールの練習
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大,朝朝朝朝朝朝明川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館本館館本館館本館館表別の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現の大学を表現していません。 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川市田町町ソフトテニスクラブ 浅川ち田田町ソフトテニスクラブ 浅水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島卓球クラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウィングクラブ 朝陽親子レク 朝陽明イズ 健康美体操クラブ かえるクラブ	リフトテニス 長水地区のソフトパレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン パドミントン パウンドテニス バドミントン ソフトバレーボール バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 バレーボールの練習 ジカト シフトバレーボール テニス、バドミントン ソフトアニス 長水地区のソフトパレーボール機技大会 講習会の開催 バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン バドミントン ボルーボール 東望なの練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区週3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 バレーボールの練習 (週1回) 大会への参加、大豆島体育館愛護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する バウンドテニス 卓球、バドミントン リフトボールを通じた体力作り バドミントン、肩甲骨を意識したストレッチ、足や腰を強くすること 卓球
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大,朝朝朝朝朝朝朝朝明川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川田豆豆豆豆豆豆圆陽陽陽陽陽陽陽陽陽陽	本館 本館 本館 本館 本館 表別川分室 浅浅川分室 浅浅川分室 え浅川分室 え浅川分室 え浅川分室 え浅川分室 表別川分室 表別川分室 表別川分室 表別川分室 表別川分室 表別川分室 表別川分室 表別川分室 本館 本館 本本館 本本館 本本館	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラディーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島GBクラブ 大豆島GBクラブ カっぷる 長野市マさんバレーボールクラブ 可っぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ 可っぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウィングクラブ 朝陽親フレク 朝陽明コイズ 健康美体操クラブ かえるクラブ たそがれ夫人	リフトテニス 長水地区のソフトパレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン ソフトパレーボール パトミントン ソフトパレーボール パトミントン メボーツレクリエーション パレーボールの練習及び練習試合 サッカー ソフト/「レーボール テニス、パドミントン ソフトテニス 長水地区のソフトパレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン 体操後に卓球練習 卓球の練習、大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月例会での練習と長野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は各地区廻3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 パレーボールの練習(週1回)大会への参加、大豆島体育館愛護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する パウンドテニス 卓球、パドミントン ソフトボールを通じた体力作り パドミントン、肩甲骨を意識したストレッチ、足や腰を強くすること 卓球 プレーボールの練習
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝	本館 本館 本館 本館 表別川分室 浅浅川分室 浅浅川分室 変字室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室室	 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバディ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島卓球クラブ ウっぷる 長野市ママさんパレーボールクラブ ウイングクラブ 朝陽・アス 健康美体操クラブ カスるクラブ たそがれ夫人 東部女性卓球クラブ フレンド 	ソフトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン スポーツレクリエーション パレーボールの練習 パレーボールの練習 パレーボールの練習 パレーボールの練習 パレーボールの練習 パトミントン ソフトパレーボール テニス、パドミントン ソフトデニス 長水地区のソフトパレーボール 東京 大皇 大皇 大皇 大皇 大皇 大皇 大皇 大
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大大朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝	本館 本館 本館 大館 大館 大館 大館 大郎 大川 大門 大川	 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバディ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋繁井の 最野市父親卓球連盟 北信フレンドシッブサッカーリーグボッチャを楽しむ会 大豆島卓球クラブ ウっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブウイングクラブ 朝陽親子レク朝陽ライズ 健康素体操クラブカスるクラブたそがれ夫人東部女性卓球クラブフレンド ひまわり 	リフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 バドミントン バトミントン バトミントン バトミントン バトミントン バウンドテニス バトミントン バウンドテニス バトミントン スポーツレクリエーション バレーボールの練習 バレーボールの練習 グレーボールの練習 グレーボールの練習 グレーボールの練習 グリカー ソフトバレーボール デニス、バトミントン ソフトバレーボール デニス、バトミントン ソフトデニス タボ アントバレーボール デニス・バトミントン グラトテニス クロ アントバレーボール クロ アントバレーボール クロ アント グラ ア・バー アント グラ ア・デース クロ アント・アース アント・アース クロ アント・アース ア
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大大朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝	本館本館館大本館港灣大大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、	 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバディ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水リフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島卓球クラブ ウっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウイングクラブ 朝陽親子レク 朝陽親子レク 朝陽親子レク 朝陽のイズ 健康美体操クラブ かえるクラブ たそがれ夫人 東部女性卓球クラブ フレンド ひまわり レインボー 	リフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン スポーツレクリエーション パレーボールの練習 パレーボールの練習 パレーボールの練習 パレーボール 原子二ス パドミントン ファトバレーボール デニス パドミントン ソフトバレーボール デニス パドミントン ソフトバレーボール デニス パドミントン ツフトデニス 長水地区のソフトバレーボール デニス パドミントン アトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン は楽後に卓球練習 卓球の練習 大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月何会での練習と見野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は会地区到3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 パレーボールの練習 (週1回) 大会への参加、大豆島体育館愛護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する パランドテニス 卓球、パドミントン アドストン アドストン アドミントン アド・アース 中球 パアンドテニス 中球 パア・アース アーカー・アース アーカー・アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大,朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝	本館本館館本館館本館館表別の大学の大学の大学の大学の大学の大学の大学の大学を表示しています。 本館 はいい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい	浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 送川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバティ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川ドローボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島 G B クラブ 大豆島卓球クラブ りっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウィングクラブ 朝陽親チレク 朝陽アイズ 健康美体操クラブ かえるクラブ たぞがれ夫人 東部女性卓球クラブ フレンド フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむち 大豆島卓球クラブ カッぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウイングクラブ カトスターフブ たそがれ夫人 東部女性卓球クラブ フレンド フレンド・シップサッカーリーグ ボッチャを楽しむち 大豆島・ローボールクラブ フィングクラブ カースクラブ たそがれ夫人 東部女性卓球クラブ フレンド フレンド	アンドテニス
浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅浅大大大大大大大朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝朝	本館本館館大本館港灣大大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、大学、	 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水ソフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 浅川バドミントンクラブ こっこクラブ 桜クラブ ロング ラリーズ TAKUTOMO ラスラティーナ 浅川バレーボール リバディ エンジョイジュニアサッカー 檀田ソフトバレー TYクラブ 浅川吉田田町ソフトテニスクラブ 長水リフトバレーボール連盟 バド同好会 屋敷田SC 整美体操 長野市父親卓球連盟 北信フレンドシップサッカーリーグ ボッチャを楽しむ会 大豆島卓球クラブ ウっぷる 長野市ママさんバレーボールクラブ ウイングクラブ 朝陽親子レク 朝陽親子レク 朝陽親子レク 朝陽のイズ 健康美体操クラブ かえるクラブ たそがれ夫人 東部女性卓球クラブ フレンド ひまわり レインボー 	リフトテニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン スポーツレクリエーション パレーボールの練習 パレーボールの練習 パレーボールの練習 パレーボール 原子二ス パドミントン ファトバレーボール デニス パドミントン ソフトバレーボール デニス パドミントン ソフトバレーボール デニス パドミントン ツフトデニス 長水地区のソフトバレーボール デニス パドミントン アトデニス 長水地区のソフトバレーボール競技大会 講習会の開催 パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン パドミントン は楽後に卓球練習 卓球の練習 大会等、総会、役員会開催 サッカーのリーグ戦のための会議 月何会での練習と見野市小学校の放課後子ども総合ブランアドバイザー活動 練習は会地区到3回行い、年に6大会を催行する 大会実行委員会の総会開催 卓球の練習・大豆島公民館卓球大会への協力 パレーボールの練習 (週1回) 大会への参加、大豆島体育館愛護会活動、総会(年1回) 運営がスムーズに行くように話し合いやルールなどを勉強する パランドテニス 卓球、パドミントン アドストン アドストン アドミントン アド・アース 中球 パアンドテニス 中球 パア・アース アーカー・アース アーカー・アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース アーカー・アース

	T	Transcript to the second secon	The same of the sa
朝陽	朝陽分室	朝陽親子レク	卓球、バドミントン
朝陽	朝陽分室	朝陽ライズ	ソフトボールを通じた体力作り
朝陽	朝陽分室	健康美体操クラブ	バドミントン、肩甲骨を意識したストレッチ、足や腰を強くすること
朝陽	朝陽分室	かえるクラブ	卓球
朝陽	朝陽分室	たそがれ夫人	バレーボールの練習
朝陽	朝陽分室	東部女性卓球クラブ	卓球
朝陽	朝陽分室	フレンド	ソフトバレーボールの練習
朝陽	朝陽分室	ひまわり	バウンドテニス
朝陽	朝陽分室	レインボー	バレーボール
朝陽	朝陽分室	Team H.Y	バドミントンを通して体を動かす
	和物力主		
若槻		レク・スポーツ	体力を作る為
若槻		UFOクラブ	卓球練習
若槻		三登ソフトバレー	ソフトバレー
若槻		ラージいいづな	ラージボール卓球の技術習得と体力作り
若槻		若槻卓球クラブ	卓球の練習
若槻		卓友会	卓球
若槻		ひとめ・ふため	バドミントン
安茂里	本館	安茂里卓球クラブ	卓球1回、年1~2回親睦行事
小田切		ジョイント	バドミントン
小田切		古里ドッジボールサークル	小学生を対象とした公式ドッジボール
小田切		LTT	卓球
小田切		スソバナ排球部55	バレーボールの練習
小田切		ゲートボール小田切支部	ゲートボール
小田切		三輪少年野球クラブ	野球
小田切		中越育成会少年野球	練習
	+		
小田切		All Nagano.Jr.	ソフトボールの練習
小田切		Serita ドッジボールクラブ	ドッチボールの練習
篠ノ井	本館	M-CLUB(エムクラブ)	運営にあたり会議
篠ノ井	本館	恐竜杯実行委員会	少年野「球恐竜大会」の開催・会議
篠ノ井	本館	少年野球篠ノ井西部連盟	少年野球大会(春季・秋季2回)の開催・会議
篠ノ井	共和分館	共和少女ソフトボール 共和ラビッツ	保護者会
篠ノ井	共和分館	共和ファイターズ	野球についての学習
篠ノ井	西寺尾分館	西寺尾ライオンズ	野球練習、体力づくり、座学、保護者会議
篠ノ井	西寺尾分館	南長野JVC	話し合い バレーボールを通して親睦をはかる
篠ノ井	西寺尾分館	杵淵卓球クラブ	卓球
篠ノ井	西寺尾分館	スナップ	卓球
篠ノ井	西寺尾分館	卓美クラブ	卓球
篠ノ井	西寺尾分館	ウィング南	バウンドテニス
篠ノ井	塩崎分館	塩崎イナズマドラゴンズ	少年野球の技術指導
篠ノ井	塩崎分館	篠ノ井ジュニアサッカークラブ保護者会	保護者会役員会
	温响力品	(保ノ升ンユーア ソッカーツ ノノ)休暖日云	
	I = + 1	(C++) (-1 (C) -2 (1 - A	
篠ノ井	塩崎分館	塩崎ソフトバレーボールの会	秋に大会主催、合同練習の企画
	塩崎分館 本館	塩崎ソフトバレーボールの会 櫟	秋に大会主催、合同練習の企画 卓球をする事により、健康づくり
篠ノ井			
篠ノ井 松代 松代	本館本館	機 真田卓球クラブ	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める
篠ノ井 松代 松代 松代	本館 本館 本館	櫟 真田卓球クラブ カラー	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流
篠ノ井 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球
篠ノ井 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール
篠ノ井 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球
篠ノ井 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール
篠ノ井 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催
篠 / 井 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催
篠 J 井 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球
篠 J 井 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン K代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア	
篠 J 井 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球
篠ノ井松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松行松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松<li< th=""><td>本館本館 本館 本館</td><td>標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研</td><td>卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球</td></li<>	本館本館 本館	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球
篠 J 井 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代 松代	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC	
篠ノ井松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代	本館本館本館本館本館本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ)	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等
篠ノ井松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代	本館本館 本館	関	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等
篠 が 代 代 松 松 代 代 代 代 代 代 代 根 松 代 代 代 代 代 代 代	本館本館 本館	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂シュニア 卓研 M'S Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場
篠ノ井松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代松代	本館本館 本館	関	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等
篠 が 代 代 松 松 代 代 代 代 代 代 代 根 松 代 代 代 代 代 代 代	本館本館 本館	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂シュニア 卓研 M'S Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場
篠 が 代 代 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松 松	本館本館 本館	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール ソフトバレーボール
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松代代代代代代代代代代代代代	本館本館 本館	 標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン がイコンンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール □球球器
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館東条分館東条分館本館館本館館本館館本館館本本館	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東老葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ママさんクラブ	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球線習(シングル・ダブルス) ソフトパレーボール □球球翻(シングル・ダブルス)
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松代代代代代代代代代代代代代	本館本館 本館	 標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン がイコンンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトパレーボール □球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館本館館東条分館東条分館本館館本館館本館館本館館本本館	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東老葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ママさんクラブ	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球線習(シングル・ダブルス) ソフトパレーボール □球球翻(シングル・ダブルス)
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本館 本館 本館 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M'S Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓愛会 第10卓球クラブ バピネス ながのくらぶ 若穂ママさんクラブ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトデースクラブ 若穂ソフトボールクラブ	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール □球の練習 「パドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松花代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代表若若若若若若若若若若若若若	本館本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館東条分館本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトデールクラブ サクセス	草球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松 松 括若若若若若若若若若若若若若 川田	本館本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館館本本館東条分館本館館本本館館本本館館本本館館本本館館館館館館館館館館	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓愛会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂・ママさんクラブ 若穂・ママさんクラブ 若穂・ソフトデースクラブ 若穂・ソフトデースクラブ 若穂・ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ	草球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトパレーボール 卓球の練習 バドミントン ソフトテニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 パレーボール・パドミントン・卓球 卓球の練習・試合
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館本本館本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東条館 東条館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂・ソフトデニスクラブ 若穂・ソフトテニスクラブ 若穂・ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ 脳活ビンボンクラブ	草球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 パドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 パレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松 松 括若若若若若若若若若若若若若 川田	本館本本館本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東条館 東条館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓愛会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂・ママさんクラブ 若穂・ママさんクラブ 若穂・ソフトデースクラブ 若穂・ソフトデースクラブ 若穂・ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ	草球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトパレーボール 卓球の練習 バドミントン ソフトテニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 パレーボール・パドミントン・卓球 卓球の練習・試合
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東本館 東本館 東本	模 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂・ソフトデニスクラブ 若穂・ソフトテニスクラブ 若穂・ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ 脳活ビンボンクラブ	草球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 パドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 パレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館本本館・本本本本本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・本館・	関目 申球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトパレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 母週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトパレーボール □球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 パレーボール・バドミントン・卓球 □球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年 2 回パレーボール大会(ママさん 9 人制)の開催 ソフトパレー
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東 東本館 東 東本館 東 東本館 東 本本館 東 本本館 東 本本館 本本館	関 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M'S Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ママさんクラブ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトボールクラブ 若穂ソフトボールクラブ 増加 オープ を加 オープ を	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール □球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボール・バドミントン・卓球 □球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松花花穂穂穂穂穂・田町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館		卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓愛会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデースクラブ 若穂ソフトデースクラブ 若穂ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ 脳活ビンボンクラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース 卓球同好会 川中島レディース	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール □球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球 □球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年 2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 □球の練習 □球の練習 □球の練習 □球の練習 □球の練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松花花穂穂穂穂穂・田町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館		卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本館 在本本本本本 在館 中東本 本館 中東 東本 本 本 在 在	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓愛会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデースクラブ 若穂ソフトデースクラブ 若穂ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ 脳活ビンボンクラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース 卓球同好会 川中島レディース	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 □球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール □球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球 □球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年 2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 □球の練習 □球の練習 □球の練習 □球の練習 □球の練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松花穂穂穂中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中中	本館本本館・本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ たくゆうクラブ パダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂シュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトデースクラブ 番穂ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ 脳活ビンボンクラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース ファイト チームヤクルト	□球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親蓋交流 □球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 □球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 □球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール □球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールつうブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球 □球の練習・試合 ヒンボン実技と前後の体操 年 2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 □球の練習 「呼球の練習 「中球の練習」 「中球の練習 「中球の練習」 「ロボール大会(ママさん9人制)の開催 リフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 □球の練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館本本館・本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ママさんクラブ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ 脳活ピンボンクラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース 卓球同好会 別中島レディース ファイト チームヤクルト 2020 卓球同好会	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 「多週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 バトプーパレーボール 「カリン・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習・試合 ビンボン実技と前後の体操 年2回パレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の実践力を付けるための練習 卓球練習 バウンドテニス 卓球練習 バウンドテニス 卓球練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本 在本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本		卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月開開催 中学便式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 の機器の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 (シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 バドミントン 少フトバレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ビンボン実技と前後の体操 年2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球練習 バウンドテニス 卓球練習 バウンドテニスの強化練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本館 本本館 本本館 本本館 中東 東 東 東 華 中華 中		卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会開催、役員会の開催 4月~1月月開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 (シングル・ダブルス) ソフトバレーボール ザントシーシッフトデースの練習、試合出場 ソフトボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ビンボン実技と前後の体操 年2回パレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球練習 卓球の実践力を付けるための練習 卓球練習 卓球練習 パウンドデニスの強化練習 ソフトボール大会開催
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代代	本館 本館 本本館 本本館 本本館 中東 東 東 東 華 中華 中		卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月開開催 中学便式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 の機器の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 (シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 バドミントン 少フトバレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ビンボン実技と前後の体操 年2回バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球練習 バウンドテニス 卓球練習 バウンドテニスの強化練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本 本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本		卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会開催、役員会の開催 4月~1月月開開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 (シングル・ダブルス) ソフトバレーボール マはの練習 バトミントン ソフトボール・バドミントン・卓球 卓球の練習 は合 ビンボン実技と前後の体操 年 2回パレーボール大会(ママさん 9 人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球練習 卓球練習 卓球練習 「グウンドテニス 卓球練習 バウンドテニスの強化練習 ソフトボール大会開催
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本 本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	様 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ バダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂ジュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓愛会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂・ソフトデースクラブ 若穂・ソフトデースクラブ 若穂・ソフトボールクラブ サクセス 篠ノ井クラブ 脳活ビンボンクラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース 卓球同好会 川中島レディース ファイト チームヤクルト 2020 卓球同好会 チームM 川中島サンデーガールズ スカボロフェアー 東北ビンボンクラブ	中球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月開開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球練習 バドミントン ソフトデニスの練習 ボドミントン ソフトデニスの練習 試合出場 ソフトボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ピンポン実技と前後の体操 年 2回パレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の練習 ・「パランドテニスの練習・卓球の練習 卓球の練習 ・「パランドテニス ・「マンドテニスの練習 ・「アウンドテニス ・「中球練習 ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本 本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ たくゆうクラブ バダイコン 松代可レンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂シュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデースクラブ 若穂ソフトデースクラブ 職話ピンボンクラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース ファイト チームヤクルト 2020 卓球同好会 川中島サンデーガールズ スカボロフェアー 更北ピンボンクラブ 川中島龍球倶楽部	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試会、親藤交流 卓球 ソフトバレーボール パウトボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 (シングル・ダブルス) ソフトバレーボール・メラルス・ソフトバレーボール・メラースの練習 対ストール・パドミントン・卓球 卓球練習 (シングル・デニスの練習、試合出場 ソフトボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の練習 卓球の実践力を付けるための練習 卓球練習 パウンドテニス 卓球練習 パウンドテニスの強化練習 ツフトボール大会開催 軽ズボーツ主にボッチャで膨活を心がける 卓球の対策向上を目的とした練習 パスケットボール チーム運営等の打ち合わせや保護者等の利用
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ たくゆうクラブ パダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂シュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトデースクラブ 大田大クラブ 麻唇野ママさんリーグ Smile ハローレディース ファイト チームヤクルト 2020 卓球同好会 チームM 川中島サンデーガールズ スカボロフェアー 更北ビンボンクラブ 川中島龍球倶楽部 御厨神宮少年野球	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球球器(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 バドミントン リフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年 2回 バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の非常 ババウンドテニス 卓球練習 ソフトボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 ソフトボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 ソフトボール大会開催
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本本本本本本 東 東本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	博 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ パダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若聴ジュニア 卓研 M'S Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若栗少年野球 卓要会 第10卓球クラブ バビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトボールクラブ 歯長野ママさんノラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース ファイト チームアクルト 2020 卓球同好会 チームM 川中島サンデーガールズ スカポロフェアー 東北ビンボンクラブ 川中島聴球倶楽部 御厨神宮少年野球 JRC婦人戦隊	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で挟続向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトパレーボール パウンドデニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月開開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 (シングル・ダブルス) ソフトパレーボール 卓球の練習 リプトボールンラブ活動 パレーボールレララブ活動 パレーボールルララブ活動 パレーボールルラン・卓球 卓球の練習・試合出場 ソフトボールシラブ活動 パレーボールバミントン・卓球 年球の練習・試合 ヒンボン実技と前後の体操 年 2回 パレーボール大会(ママさん 9 人制)の開催 ソフトパレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトパレーの練習 卓球の練習 卓球の連貫 パワンドデニス ・車球練響 パワンドデニス ・車球連 リアトボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 リストボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 パスケットボール チーム運営等の打ち合わせや保護者等の利用 現協会、親睦会、会議等 卓球、パドミントンの練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本本本本本本 東 東本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ たくゆうクラブ パダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若穂シュニア 卓研 M's Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓要会 第10卓球クラブ ハビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトデースクラブ 大田大クラブ 麻唇野ママさんリーグ Smile ハローレディース ファイト チームヤクルト 2020 卓球同好会 チームM 川中島サンデーガールズ スカボロフェアー 更北ビンボンクラブ 川中島龍球倶楽部 御厨神宮少年野球	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトバレーボール バウンドテニスの練習 ゲートボール大会開催 中学生硬式野球 バレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球球器(シングル・ダブルス) ソフトバレーボール 卓球の練習 バドミントン リフトデニスの練習、試合出場 ソフトボールクラブ活動 バレーボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ピンボン実技と前後の体操 年 2回 バレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の練習 卓球の非常 ババウンドテニス 卓球練習 ソフトボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 ソフトボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 ソフトボール大会開催
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本 本本本本本本 東 東本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	博 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ パダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若聴ジュニア 卓研 M'S Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若栗少年野球 卓要会 第10卓球クラブ バビネス ながのくらぶ 若穂ソフトデニスクラブ 若穂ソフトボールクラブ 歯長野ママさんノラブ 南長野ママさんリーグ Smile ハローレディース ファイト チームアクルト 2020 卓球同好会 チームM 川中島サンデーガールズ スカポロフェアー 東北ビンボンクラブ 川中島聴球倶楽部 御厨神宮少年野球 JRC婦人戦隊	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で挟続向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフトパレーボール パウンドデニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月開開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習 (シングル・ダブルス) ソフトパレーボール 卓球の練習 リプトボールンラブ活動 パレーボールレララブ活動 パレーボールルララブ活動 パレーボールルラン・卓球 卓球の練習・試合出場 ソフトボールシラブ活動 パレーボールバミントン・卓球 年球の練習・試合 ヒンボン実技と前後の体操 年 2回 パレーボール大会(ママさん 9 人制)の開催 ソフトパレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトパレーの練習 卓球の練習 卓球の連貫 パワンドデニス ・車球練響 パワンドデニス ・車球連 リアトボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 リストボール大会開催 軽スボーツまにボッチャで脳活を心がける 卓球の技術向上を目的とした練習 パスケットボール チーム運営等の打ち合わせや保護者等の利用 現協会、親睦会、会議等 卓球、パドミントンの練習
篠松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松松	本館 本本 本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本本	標 真田卓球クラブ カラー たくゆうクラブ たくゆうクラブ パダイコン 松代フレンズ 長野市ゲートボール連盟松代支部 松代町マレットゴルフ協会 ボーイズリーグ長野県支部 若聴ジュニア 卓研 MS Easter BBC (エムズ イースター バスケットボールクラブ) 東条若葉少年野球 卓愛会 第10卓球クラブ バドスス ながのくらぶ 若聴ソフトボールクラブ オを・フトボールクラブ 樹居とノボンクラブ 扇長野ママさんノーグ Smile ハローレディース ファイト チームヤクルト 2020 卓球同好会 チームM 川中島サンデーガールズ スカポロフェアー 更北ビンボンクラブ 川中島電球倶楽部 御厨神宮少年野球 RC婦人戦隊 川中島ミニバス女子	卓球をする事により、健康づくり 日々の練習で技術向上に努める 基礎練習、練習試合、親善交流 卓球 ソフト/バレーボール パウンドテニスの練習 ゲートボール大会の開催、役員会の開催 4月~1月月例開催 中学生硬式野球 パレーボールの練習 卓球 交流会、役員会 等 少年野球 毎週の練習の他、市、県、全国大会への出場 卓球練習(シングル・ダブルス) ソフト/バレーボール 車球練習(シングル・ダブルス) ソフト/バレーボール 車球の練習 バドミントン ソフトデニスの練習、試合出場 ソフトボール・バドミントン・卓球 卓球の練習・試合 ヒンボン実技と前後の体操 年2回パレーボール大会(ママさん9人制)の開催 ソフトバレー ラジオ体操とストレッチ、ソフトバレーの練習 卓球の練習 卓球の演奏3 パウンドテニス ・ ジアトボール大会開催 軽ズボーツ主にボッチャで脳活を心がける 卓球が傾向上を目的とした練習 バウンドテニスの強化練習 ソフトボール チーム運営等の打ち合わせや保護者等の利用 現路会、親隆会、会議等 卓球、バドミントンの練習

川中島町	川中島分館	川中島女子ソフトボール	話し合い、親睦会、キャプテン決定、お菓子作りレクリエーション
川中島町	中津分館	昭和FC sfida	日頃の成果を称えメンバーの親睦を深める会 等
川中島町	中津分館	川中島ミニバス女子	保護者総会、勉強会やクリスマス会等
川中島町	中津分館	昭和ドッジンズ	活動に関する話し合い
川中島町	御厨分館	御厨神宮少年野球	現協会、親睦会、会議等
更北	本館	長野市ママさんバレーボール連盟	会議、大会等の立案計画、実行
更北	本館	南長野少年野球連盟	少年野球大会運営
更北	本館	信濃リーグ	小学1年生~中学1年生の野球
更北	小島田分館	小島田ひまわり会	卓球
七二会		Wagoichi club	ドッジボール
信更	高野分室	卓球愛球会	卓球を通して体を動かす
大岡		ゲートボールりんどう	大岡ゲートボール役員会
信州新町		長野市ゲートボール協会信州新町支部	毎週各地区で練習を行う
中条		中条マレットゴルフクラブ	中条マレットゴルフ場での練習と大会開催

格技

恰仅	怕坟				
_	公民館・ センター名	団体・サークル名	活動內容		
古牧	C 7 7 1	古牧居合の会	居合道を通して心身を鍛える		
古里		長野北スポーツ少年団	少林寺拳法 技術練習		
浅川	浅川本館	木刀ノリルの会	剣術稽古		
浅川	浅川分室	木刀ノリレの会	剣術稽古		
若槻		長野市空手協会一心会	空手道の稽古		
安茂里	小市分室	長野柳心会	空手道		
小田切		北長野剣友会	剣道		
小田切		長野剣道スポーツ少年団	剣道の稽古		
小田切		悠心舘	剣道の稽古		
小田切	ĺ	清野育成会剣道クラブ	剣道練習と試合		
小田切	ĺ	南長野剣道少年団	剣道		
小田切		青木島剣道少年団	剣道の練習		
篠ノ井	本館	長野南スポーツ少年団	少林寺拳法の修練、大会参加、地域清掃等、含む会議		
篠ノ井	西寺尾分館	篠ノ井空手部	空手の練習		
篠ノ井	西寺尾分館	剣道基本稽古会	剣道		
松代	本館	松代地区育成会剣道クラブ	剣道の稽古		
松代	本館	東条空手教室	空手の練習		
若穂	本館	正伝若穂少年部	空手の稽古		
若穂	綿内分館	長野市杖道会	杖術の型稽古		
若穂	綿内分館	正伝若穂少年部	空手の稽古		
川中島町		JKA川中島	空手の練習		
川中島町		美心会	定期的な空手の練習		
川中島町		川中島悠心舘	剣道の稽古、レクリエーション、会議		
川中島町		川中島少年剣友会	週2回の稽古、試合への参加		
川中島町		信州無外会	居合道の稽古		
川中島町		稲里剣道クラブ	剣道の練習		
川中島町		マムシ会	空手・護身術		
川中島町		川中島少年剣友会	剣道 週2回の稽古、試合への参加		
川中島町		川中島悠心舘	剣道の稽古、レクリエーション、会議		
更北	本館	戸山流居合道長野県連盟長野支部	居合道の稽古		
更北	本館	信州無外会	居合道の稽古		
更北	稲里分館	稲里剣道クラブ	交流会、親睦会		
更北	小島田分館	誠拳会 稲里道場	空手の練習		

水泳・漕艇

交	公民館・	団体・サークル名	活動内容
城山	本館	長野カヌークラブ あどむ	川下り

登山・野外活動

	公民館・ でセンター名	団体・サークル名	活動内容
中部	本館	山の会ながの	登山
中部	第五地区分館	山の会ながの	登山
中条		中条山岳会	技能に応じた各種の登山及びハイキング、遭難の予防及び対策、市民登山の実施、中条小学校・中学校の学校登
T-X		一 来出出五	山への協力、長野県山岳協会の事業への参加・協力

ダンス・エアロビクス

	77X 17 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11				
_	公民館・ センター名	団体・サークル名	活動内容		
城山	本館	ダンスクラブ「夢」	講師を招いて、ダンスフィンガーの練習をし、パーティーに参加する		
城山	本館	ジルバ普及会・忘れな草	ジルバ・ブルース・スクエアルンバのダンスを習ったり、踊って楽しむ		
城山	本館	ソシアル28	社交ダンスの練習		
城山	第二地区分館	ジルバ普及会・忘れな草	ジルバ・スローリズム・ダンス・スクエア・ルンバ・マンボなどのダンスを習ったり、踊って楽しむ		
城山	第二地区分館	SD城山	社交ダンス 週1回2時間のダンス練習、運動		
城山	第二地区分館	月曜ダンス	社交ダンス 週1回2時間のダンス練習、運動		
城山	第二地区分館	Lena lei	フラダンスの練習		
城山	第二地区分館	フレンドみなみ	社交ダンス 週1回のダンス練習、体操		
城山	第二地区分館	長野アップルスクエアズ	スクエアダンス 初心者講習会と技術向上の練習と交流		
城山	第二地区分館	城山ハウオリ	フラの基礎練習及び曲に合わせて踊る		
城山	第二地区分館	ソシアル28	社交ダンス		
中部	本館	ハーパーの会	社交ダンス		
中部	本館	ハッピーマーチ	エアロビクス		
中部	後町ホール	プラチナサンバ	ダンス、ストレッチ		
中部	後町ホール	misato YOGA	YOGA、エアロビの練習など		

The				
### 1	芹田			
19	芹田		せりたクラブチアリーディングスクール SEROWS	チアリーディングを通して体を動かす楽しさを学ぶ
18	古牧		スターライト	音楽に合わせて明るく楽しく踊る コミュニケーションと脳トレ
Tell	古牧		フォークダンスサークル古牧りんどう(FDC)	フォークダンス例会
	=輪			
1				
19				
# 20				
日日 別の1/2017				
25 日本日	吉田			
1979年	吉田		マハロハウオリフラ	ハワイアンフラダンスの基本のステップハンドモーションの練習
1	古里		額あじさい	フォークダンス 身体の接触の少ないセットダンスを月4回練習し親睦を深める
Proc. カトレア	古里		サンサンC	社交ダンス
## 1	古里		ハーモニー	社交ダンス
「	柳原		カトレア	ハワイアン・フラの技術の向上をはかる
WOTONN				
15 1				
### 2015年11日		木館		
大芸師 カラスルやコ ファット カスス カー				
大田県		戊川刀至		
対象の				
対象 対の				
議議				
回義 新館				
回版 新学	朝陽	本館	朝陽FDC	フォークダンス 例会での練習と講習
開催 制度/2	朝陽	本館	ヒデサンズ	ズンバゴールド
開催 制度/2	朝陽	本館	かんたんエアロ	エアロビクス、ヨガ
瞬間 報号を				
解剖				
19世				
フラダル・ディアレ2 月4回のレタス・ 開発中のボランティア 日本のレタス・ 開発 フラダルト・ティアレ2 月4回のレタス・ 開発 リークルプサビ 社交タンスの解留 リークルプサビ 社交タンスの解留 リークルプサビ 社交タンスの解留 リークルプサビ 社交タンスの解留 リークルプサビ 社交タンスの解留 リークルプサビ 社交タンスの解留 リークルプサンド・アメリー リークル リール リークル リークル リークル リークル リークル リークル リークル リークル リークル	1731775	.mm/J ±		
田服				
接機 タンスサール リンク タンスの機関 タンスサール リンク タンススペーツの練習 タンスサール リンク タンススペーツの練習 タンスサール リンク タンススペーツの練習 タンスサース				
接収 タンス4 タンス3階 タンス4 アンドラ・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア				
展開 タンメサーア、リンク タンススポーツの練習 クレイターグレース スポーツ クリンススポーツの練習 (Como (1年) イング・ア・グラン インスポーツの検習 (Como (1年) イング・ア・グランス イ イング・ア・グランス イング・グランス イング・グランス イング・グランス イングランス イング・ア・グランス イング・グランス イングランス イング・グランス イング・グラ イング・グラ イング・グランス イング・グラ イング・グランス イング イング イング イング イング イング イング イング・グラ イング				
日報	若槻			ダンスの練習
京歌	若槻		ダンスサークル リンク	ダンススポーツの練習
京産	若槻		クレイジーダンサーズ長野	ダンススポーツの練習
京茂皇 本館 ウンプサークル センタンス練習会 ファイクリンス フォークサンス フォークサンス フォークサンス ファイカ ファイ	若槻		Como (⊐モ)	社交ダンス
京茂皇 本館 ウンプサークル センタンス練習会 ファイクリンス フォークサンス フォークサンス フォークサンス ファイカ ファイ	安茂里	本館	ジャンプダンスサークル	ダンスの練習
本盤 お食 PDCアプリコット フォークタンス フォークタンス ファークタンス アス				
東京 東京 東京 東京 東京 東京 東京 東京				
国ノ井 本館 FDCSさんとう レクダンス基礎ステップ、マナー指導者の育成				
福ノ井 本部				
A	條ノ廾	本貼	ハノリカ	
A				
接近 本館	篠ノ井			
A	篠ノ井 篠ノ井		マイレ	
接	篠ノ井 篠ノ井	本館	マイレ	ハワイアンフラの練習
様子野 本館	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館	マイレ Suri-Pi-Su	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習
表生の	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館 本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ)
基	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館 本館 本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエク ササ イズ) ダンスの練習・発表会
様	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館 本館 本館 本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表
展	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館 本館 本館 本館 本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha(わちゃ)	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動
現	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha(わちゃ) ハッスルクラブ	バワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ
様 J 井 東福寺分館 チアダンスPOM ダンス 高齢音健康維持のための健康運動 チアダンスPOM ダンス 高齢音健康維持のための健康運動 フラハワイブルメリア・ロケラニ フラダンスの練習 フラハワイブルメリア・ロケラニ フラダンスの練習 フラハワイブルメリア・ロケラニ フラダンスの練習 オ州州の労館 サードプレイス ZUMBA (ダンスエグササイズ) 東京 古寺尾分館 スポーツ& 大会に向けて手を かん サージ	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館本館本館本館本館本館本館本館本館本館本館本館本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会
様ノ井 東福寺分館 チアダンスPOM ダンス 篠ノ井 川柳分館 SKクラブ 高橋音健康維持のための健康運動 篠ノ井 川柳分館 サードプレイス ZUMBA(ダンスエクササイズ) 篠ノ井 共和分館 南長野フォークダンス要好会 フォーウダンスの練習 篠ノ井 西寺尾分館 スポーツ&体力ダンス B フォーナング、音楽に合わせて、体を鍛える 篠ノ井 西寺尾分館 Wacha(わちゃ) 親子ダンス、体作り運動 松代 本館 大本のプスキップ 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 大化プレクレーショングラブ 音楽のリズムに合わせてダンスをする 松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基礎体操・曲に合わせて勝る 松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基のリススの練習をつっしてダンスの向上と交流 松代 東条分館 カラ・オルオル バワイアンフラの練習 松代 東条分館 シナーメイルオル バワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ サンダンス・アダンス 練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ サンダンス・アダンス 機器 松代 東条分館 レクリエーションダンスが代 ダンス・老人ホームの慰問 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス で健康を行い、の練習 川中島町 本館 バイステ	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習
福ノ井 川柳分館 SKクラブ 高齢者健康維持のための健康運動 フラハワイブルメリア・ロケラニ フラダンスの練習 サトドプレイス ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 サトドプレイス スポーツ& 体力・アクダンス受好会 フォークダンスの練習 フォークダンスの練習 スポーツ& 体力がシス B ウェーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 選・ノ井 西寺尼分館 Wach (りちゃ) 親子グンス、体作り運動 第ノ井 国場分館 FlapDream グンスの練習 イヤ・ 本館 スキッブ& スキッブ 先生の臓指導の下、フォークダンスを楽しく学び踊る 経代 本館 松代レクレーションクラブ 音楽に合わせてダンスを変しく学び踊る 経代 東条分館 粉のくつ 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 投水代 東条分館 別のくつ 社交ダンス 基礎体操、由た合わせてダンスの前上と交流 社交ダンス レクレーショングラス を楽しく学び踊る 社交ダンス ファンスを選 DVカスン クリカス 大会の機器をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レクリエーショングラブ インターンス サンスの機器をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを選 DVカスン のり用・ボード・エンジェル グンスレッスン (幼児・小・中学生) 松代 東条分館 松代・ボーズ・エンジェル グンスルッスン (幼児・小・中学生) 松代 東条分館 松代・ボーズ・エンジェル グンス・老人ホームへの慰問 川中島町 本館 カラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上 (社交ダンス) と朝睦 リークル様音会 (スポーツダンス と朝睦 サークル様音会 (スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 がある グレーズ オンスクシス (スポーツダンス で健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 バワフルキャンディーズ ストレッチ体是とアクロバットの練習 トロ・フィング 社交ダンス 同日 本館 グンサーズ ストレッチ体とアクロバットの練習 オ会クシス スの機器 本館 グンサーズ 大会に向けてチアダンスの練器 イスアークジンスを纏る事、研修 フォークダンス様編 本館 フィークダンス様編 オークタンス様編 本館 フィークダンス様編 本館 フィークダンス様編 オークタンス様編 オークタンス様編 本館 フィークダンス様編 本館 フィークダンス様 本館 マージ オータグ・ス様編 本館 フィークダンス様編 本館 カーダ オータ スト 大会 スト・フィーグ マーク スト・グログ ・マーク スト・グログ・	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) //ッスルクラブ team Acorn 世世らぎ フレンドみなみ A	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習
篠ノ井 川柳分館 フラハワイブルメリア・ロケラニ フラダンスの練習 篠ノ井 川柳分館 サードブレイス ZUMBA(ダンスエクササイズ) 篠ノ井 西寺尾分館 内木一夕多ンス壁好会 フォークダンスの練習 篠ノ井 西寺尾分館 Wacha(わちゃ) 親子ダンス、体作り運動 松代 本館 大キップ&スキップ 先生の護指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 スキップ &スキップ 発生の諸指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 大化・クレーションクラブ 音楽のリズムに合わせて等シスをする 松代 東条分館 駅のくつ 社交ダンス 基礎体操・曲に合わせて踊る 松代 東条分館 駅のくつ 社交ダンス 基礎体操・曲に合わせて踊る 松代 東条分館 駅のくつ 社交ダンス 基礎体操・曲に合わせて踊る 松代 東条分館 駅のくつ 社交ダンス 基礎のよりに合わせて新る 松代 東条分館 駅のくつ 社交ダンス 基礎のよりに合わせて新る 松代 東条分館 松代ホッグニン オーダジンスを適じて持衛の向上と契膝をはかる 松代 東条分館 松代ホッグ・エンジェル オーダジンスを適じて持衛の向上と親膝をはかる 松代 東条分館 松代ホッグ・エンジェル オーダジンスの機関 小中島町 本館 カラスのくり ランスの機関 川中島町 本館	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha(わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り
雇ノ井 川柳分館 サードプレイス ZUMBA (ダンスエクササイズ) 雇ノ井 共和分館 カ末ークダンスの練習 雇ノ井 西寺尾分館 スポーツ&体カダンス B ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 産ノ井 西寺尾分館 Wacha (か5や) 親子ダンス、体作り運動 産ノ井 塩崎分館 FlapDream ダンスの練習 松代 本館 公代レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスを享る 松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基礎体集。曲に合わせて踊る 松代 東条分館 駅のくつ 社交ダンス レッスンを通じてダ術の向上と交流 松代 東条分館 扱のくつ 社交ダンス レッスンを通じてダ術の向上と設施 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル ダンスルッスン (幼児〜小・中学生) 松代 東条分館 松代ホッビース キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピース キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピース キッズダンス 手アダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの観問 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス、老人・ニーの協問 オンスの接着会 社交ダンス 川中島町 本館 が馬会 サークル機器会 (スポーツタンス で興味大の健康大の健康大の健康大の企画を開発した場合 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 地外学ンス 企業の企画体を開かして健康大の企画体を開かられたいの主を開発した場合	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り
篠ノ井 南長野フォークダンス曼好会 フォークダンスの練習 篠ノ井 西寺尾分館 双は(かち) ガーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 篠ノ井 西寺尾分館 Wach (かちゃ) 親アチダンス、体作り運動 松代 本館 大生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 松代 本館 松代レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスを多る 松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて第る 松代 東条分館 カーメルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 カーメルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 カーメルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 カーメルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 カーメルオル ハワイアンフラングンスを表していっていっていったいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのまでは、またいのは、	篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠藤ノ井 篠藤 藤藤 藤藤ノナ井 藤藤ノナ井 藤藤ノナ井 藤藤ノナ井 藤藤ノナナ 藤藤 藤藤ノナナ 藤藤 藤藤ノナナ 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤藤 藤	本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha(わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンス による健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動
様ノ井 西寺尾分館 スポーツ&体カダンス B ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 様ノ井 西寺尾分館 Wacha (わちゃ) 親子ダンス、体作り運動 様 ノ井 塩崎分館 FlapDream ダンスの練習 松代 本館 スキップ&スキップ 先生の議議博の下、フォークダンス・レクレーショングラブ 松代 本館 が化レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスをする 松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 松代 東条分館 銀のくつ 社交ダンス タンスの練習をつうじてダンスの向上と祭施 松代 東条分館 フラ・メルオルル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル ダンスレッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス 建プンス連盟 松代 東条分館 レクリエージョンダンス 松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 カボステップ 社交ダンス の技術向上(社交ダンスで健康と交流の場) 川中島町 本館 バイスデップ 社交ダンス 由に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 グラフルーズ 社交ダンスの参の多のよびは交がとの練習 川中島町 本館 <th< td=""><td>篠ノ井 篠ノ井 篠グノ井 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 森藤(ボース) 森) 森) 森) 森) 森) 森) 森 (ボース) 森) 森 (ボース) 森) 森 (ボース) 本) 本 (ボース) 本 (本) 本 (本) 本 (本) 本 (本) 本 ・) 本 (本) 本 ・) 本 ・) 本 ・) 本 ・ ・ ・ ・ ・ ・</td><td>本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 川柳分館</td><td>マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ</td><td>ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習</td></th<>	篠ノ井 篠ノ井 篠グノ井 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 篠篠ノナ 森藤(ボース) 森) 森) 森) 森) 森) 森) 森 (ボース) 森) 森 (ボース) 森) 森 (ボース) 本) 本 (ボース) 本 (本) 本 (本) 本 (本) 本 (本) 本 ・) 本 (本) 本 ・) 本 ・) 本 ・) 本 ・ ・ ・ ・ ・ ・	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 川柳分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習
篠ノ井 西寺尾分館 Wacha (わちゃ) 親子ダンス、体作り運動 篠ノ井 塩崎分館 FlapDream ダンスの練習 松代 本館 スキップ&スキップ 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 松代レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスをする 松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 松代 東条分館 銀のくつ 社交ダンス ダンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 松代 東条分館 扱のチンシン 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 松代キャズ・エンジェル イフアフラの練習 松代 東条分館 松代キャズ・エンジェル ダンスレッスン (幼児へい・中学生) 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス 手アダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス オースクタンス 川中島町 本館 カラスのへつ ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 ガラスのへつ ダンスをついこてダンスの機関係 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス は交ダンスの練習 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 社交ダンスの練習 川中島町	篠ノ井 篠ノ井 篠森ノ井 篠森 で 森森 で みります。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のまず、 本のまず、 まのまでもが、 まのまず、 まのまで、 まのまで、 まのまで、 まのまで、 まのまで、 まのまででを、 まのまでを、 まのまでをでででででででででででででででででででででででででででででででででで	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 川柳分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習
様/ 井 塩崎分館 FlapDream ダンスの練習 松代 本館 スキップ&スキップ 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 松代レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスをする 松代 東条分館 別のくつ 社交ダンス 基礎体集、曲に合わせて踊る 松代 東条分館 シクラメン 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 ンラ・オルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代ホッズ・エンジェル ダンスレッスン (幼児〜小・中学生) 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 W代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 W代 東条分館 レクリエーションダグス人松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 ガラスのくつ グンス会会のうじてダンスの健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスの健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体操 基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体操 基礎ステップ 社交ダンス	篠ノ井 篠ノ井 篠森ノ井 篠森 で 森森 で みります。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のます。 本のまず、 本のまず、 まのまでもが、 まのまず、 まのまで、 まのまで、 まのまで、 まのまで、 まのまで、 まのまででを、 まのまでを、 まのまでをでででででででででででででででででででででででででででででででででで	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 川柳分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習
様/ 井 塩崎分館 FlapDream ダンスの練習 松代 本館 スキップ&スキップ 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 松代レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスをする 松代 東条分館 別のくつ 社交ダンス 基礎体集、曲に合わせて踊る 松代 東条分館 シクラメン 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 ンラ・オルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代ホッズ・エンジェル ダンスレッスン (幼児〜小・中学生) 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 W代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 W代 東条分館 レクリエーションダグス人松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 ガラスのくつ グンス会会のうじてダンスの健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスの健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体操 基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体操 基礎ステップ 社交ダンス	篠ノ井 篠ノ井 篠森ノ井 篠藤で、フナナ 森藤で、フナナ 森藤で、フナナ 森藤で、フナナ 森藤で、フナナ 森藤で、フナナ 森藤で、フナナ 森藤で、フナナ スナナ スナナ スナナ スナナ スナナ スナナ スナナ スナナ スナナ	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 川川柳柳分館 川川柳夕館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習
松代 本館 スキップ & スキップ 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 松代 本館 松代レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスをする 松代 東条分館 別のくつ 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 松代 東条分館 銀のくつ 社交ダンス 基礎の上の大を通じて技術の向上と契睦をはかる 松代 東条分館 フラ・オルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ サンスレッスン (幼児〜小・中学生) 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス きんホームへの慰問 川中島町 本館 カラスのくつ ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうしてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 ガラスのくつ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンス で健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 バワフルキャンディーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 フォークダンスサークリル川中島りんどう フォークダンスを編書 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを編書 川中島町 本館 フォークダンスを調書 フォークダンスを調書 川中島町 <td>篠様では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、</td> <td>本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東和寺分館 川柳柳分館 川川柳夕館 共和分館 西寺尾分館</td> <td>マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B</td> <td>ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチがらダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える</td>	篠様では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東和寺分館 川柳柳分館 川川柳夕館 共和分館 西寺尾分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチがらダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える
松代 本館 松代レクレーションクラブ 音楽のリズムに合わせてダンスをする 松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 松代 東条分館 銀のくつ 社交ダンス ダンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 松代 東条分館 クラメン 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル パワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル ダンスレッスン (幼児〜小・中学生) 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル ダンス・老人ホームへの慰問 川中島町 本館 カラスのくつ ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 が踊会 サークル練習会(スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 バワフルキャンディーズ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 グンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠ノ井 篠ノ井 篠藤ノ井 篠藤では、フナー 篠藤では、フナー 藤藤では、フナー アンフェート アン アン アン アン アン アン アン アン アン アン アン アン アン	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 川柳か分館 川柳か分館 川和和分館 西寺尾分館 西寺尾分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) // ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ)	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチがらダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動
松代 東条分館 アレックス 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 松代 東条分館 銀のくつ 社交ダンス ダンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 松代 東条分館 シクラメン 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル パワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ オッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 が踊会 サークル練習会(スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 バワフルキャンディーズ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 グンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠ノ井 篠ノ井 篠藤ノ井 篠藤 様子ノ井 篠藤 様子ノ井 篠藤 様子ノナ 藤藤 藤藤 女子 藤藤 藤藤 女子 藤藤 藤藤 女子 藤藤 藤藤 女子 大井 藤藤 藤藤 女子 大井 大井 大井 大井 大井 大井 大井 大井 大井 大井 大井 大井 大井	本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 川柳分館 川柳か分館 川柳か分館 西寺尾分館 塩崎分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) // ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 フラダンスの練習 フラダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンス、株件り運動
松代 東条分館 銀のくつ 社交ダンス ダンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 松代 東条分館 シクラメン 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 フラ・オルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル ダンスレッスン (幼児へ小・中学生) 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上 (社交ダンス) と親睦 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上 (社交ダンス) と親睦 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ ストレッチ体集とアクロバットの練習 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体集、基礎ステップ、社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠城では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東福福寺分館 東福福寺分館 東福福寺分館 東福福寺分館 川川柳分分館 川川柳初分館 川川柳和分館 西西寺尾分館 塩崎台館 塩崎台館 本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 ゲンスの練習 ウオーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習
松代 東条分館 シクラメン 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる 松代 東条分館 フラ・オルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル ダンスレッスン (効児〜小・中学生) 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの観問 川中島町 本館 青木島スポーツダンス 会員の練習会 社交ダンス 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上 (社交ダンス) と親睦 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 商齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ ストレッチ体操とアクロバットの練習 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠はフナナー できない できない できない はいかい できない はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はい	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東福寺分館 東川柳分館 川柳分館 川邦の分館 共和音尾分館 東田野田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 観子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする
松代 東条分館 フラ・オルオル ハワイアンフラの練習 松代 東条分館 松代キッズ・エンジェル ダンスレッスン (幼児〜小・中学生) 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 青木島スポーツダンス 会員の練習会 社交ダンス 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上 (社交ダンス) と親睦 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 画齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ 社交ダンス 面齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ 社交ダンス の練習 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠森森森 では、アイス・アイス・アイス・アイス・アイス・アイス・アイス・アイス・アイス・アイス・	本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 東福寺分館 東福寺分館 東福神分館 東福神分館 川川柳分館 川川柳分館 西寺号介館 西寺号介館 本本尾谷村田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス	ハワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 フォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 労シスの練習 先生の護指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る
松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 青木島スポーツダンス 会員の練習会 社交ダンス 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 画齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 バワフルキャンディーズ 社交ダンス 価に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 グンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠藤では、カース・スターのでは、アイスターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイスターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイスターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイスターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイスターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイス・スターのでは、アイスターのでは、アイスのでは、アイスターのでは、アイスのでは、アイスのでは、アイスターのでは、アイスのでは、ア	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東福寺分館 東東福神分分館 東東福神分分館 川川柳柳分館 川川共西寺尾分館 塩崎館 本本館 東東谷野田一田一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町一町	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn 世せらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る
松代 東条分館 松代ペッピーズ キッズダンス チアダンス練習 松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 青木島スポーツダンス 会員の練習会 社交ダンス 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 水踊会 サークル練習会(スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ 社交ダンス 他に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 グンサーズ ストレッチ体操とアクロバットの練習 川中島町 本館 ヴィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠塚で、 サージ・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック	本館 本館 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東福寺分館 東東福寺分館 東東福福寺分館 東東東川柳柳分館 川川柳和分館 川川柳和分館 西寺尾分館 塩崎路 本館 東条分館 東条分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードブレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ & スキップ 水代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス ダンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス ノッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる
松代 東条分館 レクリエーションダンス松代 ダンス、老人ホームへの慰問 川中島町 本館 青木島スポーツダンス 会員の練習会 社交ダンス 川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 水踊会 サークル練習会(スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 バイステップ 社交ダンス 配給者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ 出たの上の手体操とアクロバットの練習 川中島町 本館 グンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠(リカイ) 藤(藤) ・ファップ・ファップ・ファップ・ファップ・ファップ・ファップ・ファップ・ファップ	本館 本館 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東福寺分館 東東福福寺分館 東東福福寺分館 川柳柳分館 川柳柳分館 川村和寺尾分館 造崎台館 本本館 東東条分館 東東条分館 東東条外分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) // ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル	パワイアンフラの練習 グンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチがらダンス練習・イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウオーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス タンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習
	篠(リカイ) では、アイス できない できない できない はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はい	本館 本館 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東福寺分館 東東福福寺分館 東東福福寺分館 川柳柳分館 川柳柳分館 川村和寺尾分館 造崎台館 本本館 東東条分館 東東条分館 東東条外分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) // ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル	パワイアンフラの練習 グンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチがらダンス練習・イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウオーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス タンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習
	篠篠篠森篠篠篠篠森森森森 ボール・ファイル (東京の) は、カース (東京の) は、東京の) は、カース (東京の) は、カー	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東東東東 東東東東川川柳柳分分館 東福福寺寺分館 東福福寺寺分館 東福福寺寺分館 東福福寺寺分館 川川柳柳和分館 「田本館・東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ &スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 フォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス 基壁体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス タンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習
川中島町 本館 ガラスのくつ ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 川中島町 本館 水踊会 サークル練習会(スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 ベイステップ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ ストレッチ体操とアクロバットの練習 川中島町 本館 ダンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠でで、 サージ・ファット はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいか	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東福寺分館 東東福寺分館 東東福寺分館 東東川柳分館 川柳分館 川州柳分館 共西寺尾分館 東京等局域 一大田寺町分館 本本館 東東川柳分館 大田寺町分館 本本館 東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル	パワイアンフラの練習 ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 とびタンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウオーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体集・曲に合わせて踊る 社交ダンス タンスの練習をからにてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスレッスン (幼児〜小・中学生)
川中島町 本館 水踊会 サークル練習会(スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 川中島町 本館 ベイステップ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ ストレッチ体操とアクロバットの練習 川中島町 本館 ダンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠で ボール・ファット はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいか	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東福寺分館 東東福寺分館 東東福福寺分分館 東東福福寺分分館 東東福福寺分館 川川柳分分館 川川邦和分館 西寺寺尾分館 塩本本館 東条分分館 東東条外分館 東東条外分館 東東条外分館 東東条外分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ヘッピーズ レクリエーションダンス松代	パワイアンフラの練習 グンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 観子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 券シスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス ダンスの練習を力・フィークダンスを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスリスの、 グラスの練習 オンスの練習といて、中で生り キッズダンス メチダンス (効児・小・中学生)
川中島町 本館 ベイステップ 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す 川中島町 本館 パワフルキャンディーズ ストレッチ体操とアクロバットの練習 川中島町 本館 ダンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠で ボール・ファット はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいか	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東福福寺分館 東東福福寺分館 東東福福寺分館 川川柳か分館 川川村和寺尾分館 西寺寺局館 山本本館 東東条分分館 東東条条分館 東東条条分分館 東東条条外分館 東東条条外分館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ペッピーズ レクリエーショングンス松代 青木島スポーツダンス	パワイアンフラの練習 グンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンス、週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウオーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 労シスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス ダンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスルッスン(幼児〜小・中学生) キッズダンス チアダンス練習 ダンス、老人ホームへの慰問 会員の練習会 社交ダンス
川中島町 本館 パワフルキャンディーズ ストレッチ体操とアクロバットの練習 川中島町 本館 ダンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠藤篠篠篠篠篠藤篠藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東東福福寺分館 東東東福福寺分分館 開刊 柳柳柳和寺尾分館 西西湾崎館 本本東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn 世せらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ペッピーズ レクリエーショングンス M代 青木島スポーツダンス	パワイアンフラの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の護指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス ダンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスルスン 、チアダンス練習 ダンスレッスン (幼児〜小・中学生) キッズダンス チアダンス練習 ダンス、老人ホームへの慰問 会員の練習会 社交ダンス
川中島町 本館 ダンサーズ 大会に向けてチアダンスの練習 川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠藤で ででは、カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東東東 東福福寺分館 東東東東東 東 川川柳和分館 川川村西寺尾分館 東東東東東 川川州和中尾分館 塩本 本東東東条分分館 東東東条条分館 東東東条条外館 東東東条条館 本本館	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードブレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 校代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ベッピーズ レクリエーションダンス松代 青木島スポーツダンス ガラスのくつ 水踊会	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 スUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市篠ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 をオーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス タンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス タンスの練習をつうじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスレッスン (幼児〜小・中学生) キッズダンス チアダンス練習 ダンス、老人ホームへの慰問 会員の練習会 社交ダンス ダンスの技術向上(社交ダンス) と親睦 サークル練習会 (スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場)
川中島町 本館 ウィング 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠森篠篠篠篠篠篠篠藤篠藤篠藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤藤	本館 本本館 在本本館 在本本館 在東東東東東川川州和寺區 西塩本本東東東東川川州州和寺區 西塩本本東東東東州川州州和市 西西場合 「中華」 東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ& 体力ダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ & スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 鬼のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ペッピーズ レクリエーションダンス松代 青木島スポーツダンス カララスのくつ オガラスのくつ オ満会 ベイステップ	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 ZUMBA(ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市森ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンス 週1回のダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 プリスークダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 た生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス ダンスの練習をつけてダンスの向上と交流 社交ダンス グンスの練習をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスレッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスレッスン (幼児〜小・中学生) キッズダンス チアダンス練習 ダンス、それホームへの慰問 会員の練習会 社交ダンス の技術向上 (社交ダンス) と親睦 サークル練習会 (スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 社交ダンス 由に合わせ社交ダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 社交ダンス 由に合わせ社交ダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場)
川中島町 本館 フォークダンスサークル川中島りんどう フォークダンスを踊る事、研修 川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠谷代代門川川川川川川川川川川	本館 本本館 本本館 在本本館 本本館 在本本館 東東東東 東東川川川州和分館 には 本本東東東東川川川州和分別 には 大西寺寺分館 には 本本東東東東川川川州和分別 には 大西寺寺分館 には 本本東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキッブ&スキッブ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ベッピーズ レクリエーションダンス M代 青末島スポーツダンス オラスのくつ 水踊会 ベイステップ パワフルキャンディーズ	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 変している 変している 変している 長野市様 ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 フラダンスの練習 フリカークダンスの練習 フォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 ウォーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 た生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体操、曲に合わせて踊る 社交ダンス メタンスの練習をつらじてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンストッスン (幼児へ小・中学生) キッズダンス チアダンス練習 ダンス、老人ホームへの慰問 会員の練習会 社交ダンス ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 サークル練習会 (スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 社交ダンス 曲に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す ストレッチ体操とアクロバットの練習
川中島町 本館 ハーフターン フォークダンス練習	篠篠篠八井 森篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠藤で 森藤ででは、ファイナー 森藤ででは、ファイナー は、ファイナー は、アイナー は、	本館 本本館 本本館 本本館 東東福福寺分館 東東東福福寺分館 東東川川川柳分的館 大西寺一部 大田寺子分館 田田寺子分館 田田寺子分館 田田寺子分館 田田寺子の館 田田寺子の館 田田寺田子の館 田田寺田子の館 田本本東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カゲンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ヘッピーズ レクリエーションダンス M内	パワイアンフラの練習 ダンスの練習・発表会 長野市蔵ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ヴィーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基のシスの練習をつらしてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスルスン (幼児ペー・中学生) キッズダンス チアダンス練習 ダンス、老人ホームへの慰問会員の練習会 社交ダンス 会員の練習会 社交ダンス ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 サークル練習会 (スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 大会に向けてチアダンスの練習 大会に向けてチアダンスの練習
	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠で、篠篠で、藤で、田川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 本本館 本本館 本本館 東東福福寺分館 東東東福福寺分館 東東川川川柳分的館 大西寺一部 大田寺子分館 田田寺子分館 田田寺子分館 田田寺子分館 田田寺子の館 田田寺子の館 田田寺田子の館 田田寺田子の館 田本本東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ヘッピーズ レクリエーションダンス松代 青木島スポーツダンス ガラスのくつ 水踊会 ベイステップ バワブルキャンディーズ ダンサーズ ウィング	パワイアンフラの練習 ダンスの練習・発表会 長野市蔵ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォークダンスの練習 ヴィーキング、音楽に合わせて、体を鍛える 親子ダンス、体作り運動 ダンスの練習 先生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基のシスの練習をつらしてダンスの向上と交流 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる ハワイアンフラの練習 ダンスルスン (幼児ペー・中学生) キッズダンス チアダンス練習 ダンス、老人ホームへの慰問会員の練習会 社交ダンス 会員の練習会 社交ダンス ダンス会をつうじてダンスの技術向上(社交ダンス)と親睦 サークル練習会 (スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 大会に向けてチアダンスの練習 大会に向けてチアダンスの練習
川中島町 御厨分館 ホクレア フラダンス	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠で、篠篠で、篠篠で、篠	本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東東福福 春子分館 東東東東 東東州柳柳州和分館 西寺寺分館 恒本本東東東東州柳柳州和分局の 西寺寺の館 地本本東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東東	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ヘッピーズ レクリエーションダンス松代 青木島スポーツダンス ガラスのくつ 水踊会 ベイステップ バワブルキャンディーズ ダンサーズ ウィング	パワイアンフラの練習 ダンスの練習 夏田島 (ダンスエクササイズ) ダンスの練習・発表会 長野市線ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロピクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエクササイズ) フォータグンスの練習 ZUMBA (ダンスエグササイズ) フォータジンスの練習 大生の議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 暴起体操・主に合わせて勝る 社交ダンス 基本体集 助に合わせて勝る 社交ダンス シンスの練習をつらじてダンスの向上と親睦をはかる パワイアンフラの練習 ダンスレッスン (効児〜小・中学生) キッズジス チアダンス練習 ダンス、老人ホームへの慰問 会員の練習会 社交ダンス ダンス会をつうじてダンスの技術向上 (社交ダンス) と親睦 サークル練習会 社交ダンス サンストレチ体操とアクロバットの練習 大会に向けてチアダンスの練習 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス 社交ダンスのための柔軟体操、基礎ステップ 社交ダンス
[7] [PAC 3 [PP PAC 2) PAC 4 [7] 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠で、篠篠で、篠篠で、	本館 本本館 本本本 東東東東 東 東 東 東 東 東 ボース ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	マイレ Suri-Pi-Su サードプレイス M-Clan Crazy Wacha (わちゃ) ハッスルクラブ team Acorn せせらぎ フレンドみなみ A SD東福寺 チアダンスPOM SKクラブ フラハワイブルメリア・ロケラニ サードプレイス 南長野フォークダンス愛好会 スポーツ&体カダンス B Wacha (わちゃ) FlapDream スキップ&スキップ 松代レクレーションクラブ アレックス 銀のくつ シクラメン フラ・オルオル 松代キッズ・エンジェル 松代ヘッピーズ レクリエーションダンス松代 青木島スポーツダンス ガラスのくつ 水踊会 ベイステップ パワフルキャンディーズ ダンサーズ ウィング フォークダンスサークル川中島りんどう	パワイアンフラの練習 ダンスの練習・発表会 長野市禄ノ井でのダンス発表 親子ダンス、体作り運動 エアロビクス、ストレッチ ストレッチからダンス練習、イベント前のリハーサル、イベント参加後の反省会 社交ダンスの練習 社交ダンスの練習 社交ダンスによる健康作り ダンス 高齢者健康維持のための健康運動 フラダンスの練習 ZUMBA (ダンスエグササイズ) フォークダンスの練習 グンスの練習 英・フスの練習 英・アンス、体作り運動 ダンスの練習 先も協議指導の下、フォークダンス・レクレーションダンスを楽しく学び踊る 音楽のリズムに合わせてダンスをする 社交ダンス 基礎体集 曲に合わせて第る 社交ダンス 基礎体集 曲に合わせて第る 社交ダンス レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる パワイアンフラの練習 ダンス、レッスンを通じて技術の向上と親睦をはかる パワイアンフラの練習 ダンス、メートルのの財間 会員の練習会 社交ダンス オンスを表しまりにでダンスの技術向上 (社交ダンス) と親睦 サークル練習会 (スポーツダンス 高齢者を中心とする健康と交流の場) 社交ダンス 由に合わせ社交ダンスで健康体力の維持と技術の向上を目指す ストレッチ体操とアクロバットの練習 大会に向けてオアダンスの練習 社交ダンスのためる歌林集 基礎ステップ 社交ダンス フォークダンスを編書 フォークダンスを編書

更北	本館	アプリコットサークル	定期的にレッスンを行い技術の習得をする
更北	本館	サークル ひよこ	週一回のダンスの練習
更北	本館	フレンド	社交ダンス(スタンダード、ラテン)のベーシック及びバリエーションステップの練習
更北	本館	ロリポップキャンディーズ	チアダンス練習
更北	本館	フォークダンス学苑りんどう	フォークダンスの普及及び愛好者として楽しむ
更北	本館	フォークダンスサークル川中島りんどう	例会を行う、研修会参加、フォークダンスの練習
更北	稲里分館	D.C.スイートピー	社交ダンスの練習
更北	稲里分館	あすなろステップ	社交ダンス ダンスレッスンを通じて技術の向上、リフレッシュと会員の親睦をはかる
更北	稲里分館	ウイング	ストレッチ運動、ダンスの基本ステップの練習
更北	稲里分館	クエスチョン	ダンスの練習
更北	稲里分館	スワン	ワルツ、タンゴ、ルンバ等各種目の練習をする
更北	稲里分館	ダンス マニア	エアロビクス・ヨガ・体操の練習をする
更北	稲里分館	プリティーママーズ	ダンス、エアロビクス
更北	稲里分館	フレンド	社交ダンス(スタンダード、ラテン)のベーシック、バリエーションステップの練習
更北	稲里分館	木曜会	ストレッチ・リズム体操・社交ダンスの練習
更北	稲里分館	ワルツ	ダンス技術の向上とダンスの練習をとおして仲間の交流を図る
更北	稲里分館	フレンズダンスサークル	社交ダンスで会員交流と健康維持
更北	稲里分館	スイングドリーム	社交ダンス
更北	稲里分館	コンガナサークル	ズンバ、ズンバゴールド
更北	小島田分館	子供フィットネス	ダンスの練習、地域行事や発表会への参加、老人ホームなどへの慰問
更北	小島田分館	フレンド	社交ダンス(スタンダード・ラテン)のベーシック、バリエーションステップの練習
七二会		カフラピコ七二会	フラダンスの練習
豊野		とよのキッズダンスクラブ	ダンスの練習(子供達の体力向上、学年を超えた交流)
信州新町		ホアロハ	フラダンス

体力づくり)		
_	公民館・ センター名	団体・サークル名	活動内容
城山	本館	太極拳 古牧	太極拳の練習
城山	本館	DOYORU太極拳	太極拳技術向上練習
城山	本館	火曜会 (太極拳長野一陽)	太極拳の練習・ストレッチ
城山	本館	金曜会 (太極拳長野一陽)	太極拳の練習・ストレッチ
城山	本館	東雲会	二十四式太極拳、三十二式太極剣の練習
城山	本館	太極拳信会	太極拳
城山	本館	全拳協ジュニア	太極拳・長拳の習得と技術向上を図る
城山	第二地区分館	養生クラブ	初級太極拳を中心にした体操
城山	第二地区分館	骨盤調整ヨガ®サークル	呼吸法・骨盤調整の体操等を学ぶ
城山	第二地区分館	こまき	太極拳・ストレッチの練習
城山	第二地区分館	金曜会 (太極拳長野一陽)	太極拳の練習、ストレッチ練習
中部	本館	カンフーくらぶ	太極拳の学習
中部	本館	水曜クラブ	太極拳
中部	本館	太極拳サン	太極拳の練習
中部	本館	太極伝習会	太極拳の練習
	本語	ア・アーチ	
芹田 芹田	1	長野一陽火曜会	ヨガを中心とした体力づくり 太極拳
	+		
芹田		太極拳クラブ若里	太極拳
古牧		古牧公民館 ヨガの会	ヨガの練習
古牧		新日本婦人の会らっこ班ヨガ体操	ヨガマットの上でテープの声に合わせてゆっくりとヨガ体操
古牧		太極拳 古牧	太極拳の練習
古牧		高田太極拳クラブ	太極拳の練習を通して心身の健康と体力の維持
古牧		退教ヨガ同好会	呼吸に意識を集中させヨガを行う
三輪		睦月の会	太極拳 学習内容の情報交換をしながら仲間と楽しい練習環境としたい
三輪		さつき会	太極拳の練習
三輪		三輪太極拳グループ	太極拳の指導方法、各クラスの状況など話し合い、勉強をする 動いてみる
三輪		ヴィーナスの会	太極拳の練習、太極拳の情報、意見交換等
三輪		ハタ・ヨーガ	体をほぐした後、ヨーガのポーズを練習する
三輪		グリーンヨガ	ヨガのポーズ、修正法で体の歪みを整える
三輪		全拳協長野	太極拳 技術向上のためのトレーニング
三輪		DOYORU太極拳	技術向上のためのトレーニング
三輪		あすなろ	太極拳の練習
三輪		サマン	太極拳の練習・情報・意見交換
三輪		三星会	太極拳の練習
三輪		ピラティスサークルSUNNY	ピラティスを通して健康増進
三輪		長野一陽	太極拳の練習
吉田		太極拳同好会 昴	月2回の練習
吉田		太極拳「拳光くらぶ」	24式太極拳の習得、月2回の練習(年間22回)
吉田		ぷらなの会	月2回 (ヨガ)
吉田		北斗会	太極拳 月2回の練習、年1回の県フェスティバルに参加
吉田		青拳クラブ	太極拳(入門・初級・二十四式・三十二式)の修得 健康維持
吉田		吉田ヨガ五月会	月4回のヨガ体操
吉田		吉田太極拳	月4回の練習、年1回全県合同発表会、年1回グループ内の発表会、吉田町文化祭参加など
吉田		金曜ヨガの会	沖ヨガ
吉田		太極(たいちー)いちょう会	太極拳で体力増進
吉田		鍛練会	太極拳練習
吉田	<u> </u>	中級太極拳	太極拳の練習、習得
吉田	<u> </u>	森の気功	気功を学ぶ
吉田		OVER 50	ストレッチとヨガ
古里	+	太極拳がの子	太極拳簡化24式を中心に推手・太極剣・太極扇等の練習
古里	1	野の花クラブ	太極拳の練習
柳原	+	健身太極拳	太極拳の学習
柳原	+	トレーニングサークル	筋カトレーニングとストレッチ
柳原	+	しなやか太極拳	太極拳
	本館	浅川太極拳クラブ	大極拳
1,2,111	TAD	ルハハ型チノフノ	小ビ す

浅川	本館	風の会	太極拳の学習
浅川	本館	すこやかヨガの会	ヨガ
浅川	本館	ヨガママ	健康と美しい筋肉を作るヨガ
浅川	本館	グループ パオ	太極拳及び太極扇、太極拳の各套路の練習、発表(信州しなやか太極拳)
浅川	本館	すみれ会	太極拳の学習
浅川	本館	カンフーくらぶ	太極拳の学習
			· ·
浅川	本館	拳龍会	太極拳の学習
浅川	本館	ひまわり	太極拳
浅川	本館	MTZ	太極拳の練習
浅川	本館	陽だまり	太極拳
浅川	本館	三輪太極拳クラブ	太極拳の練習、新人の育成
浅川	本館	練功会	カンフー(長拳) および太極拳を練習する 大会への参加
浅川	浅川分室	浅川太極拳クラブ	太極拳
浅川	浅川分室	風の会	太極拳の学習
浅川	浅川分室	すこやかヨガの会	ヨガ
浅川	浅川分室	ヨガママ	健康と美しい筋肉を作るヨガ
			·
浅川	浅川分室	グループ パオ	太極拳及び太極扇、太極拳の各套路の練習、発表(信州しなやか太極拳)
浅川	浅川分室	すみれ会	太極拳の学習
浅川	浅川分室	カンフーくらぶ	太極拳の学習
浅川	浅川分室	拳龍会	太極拳の学習
浅川	浅川分室	ひまわり	太極拳
浅川	浅川分室	MTZ	太極拳の練習
浅川	浅川分室	陽だまり	太極拳
浅川	浅川分室	三輪太極拳クラブ	太極拳の練習、新人の育成
浅川	浅川分室	練功会	カンフー(長拳)および太極拳を練習する 大会への参加
大豆島		午後ヨガの会	ヨガレッスン
大豆島			ヨガ、ピラティスをする
		ヨガ・ピラティス教室	
大豆島		ヨガサークル	ヨガで体をほぐし、筋力作り
大豆島		リフレッシュヨガ	ヨガの体操と瞑想
大豆島		大豆島中級	24式太極拳等の練習及びフェスティバルでの発表
朝陽	本館	スポーツ太極拳 みのり	ゆったりとした運動をして、太極拳を覚える
朝陽	本館	スポーツ太極拳 さとり	太極拳の練習
朝陽	本館	楊名時八段錦太極拳	太極拳
朝陽	本館	ぶなの木太極拳	太極拳の練習
朝陽	本館	ココチヨガ	ヨガ
	朝陽分室	スポーツ太極拳みのり	ゆったりとした運動をして、太極拳を覚える
朝陽	朝陽分室	スポーツ太極拳 さとり	太極拳の練習
朝陽	朝陽分室	場名時八段錦太極拳	大極拳
朝陽	朝陽分室	ぶなの木太極拳	太極拳の練習
朝陽	朝陽分室	ココチヨガ	ヨガ
若槻		さわやか太極拳(水)	太極拳
		1	
若槻		さわやか木曜太極拳	太極拳
		1	
若槻	本館	さわやか木曜太極拳	太極拳
若槻 若槻	本館本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO	太極拳 ヨガの練習
若槻 若槻 安茂里 安茂里	本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習(太極拳、長拳ほか)
若槻 若槻 安茂里 安茂里 安茂里	本館 小市分室	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習(太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上
若槻 若槻 安茂里 安茂里 安茂里 安茂里	本館 小市分室 小市分室	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上
若槻 安茂里 安茂里 安茂里 安茂里	本館 小市分室 小市分室 小市分室	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会
若槻 若槻 安茂理 安茂理 安茂理 安茂理 安茂理 安茂理 安茂理	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習
若槻 若槻 安茂茂里 安茂茂里 安茂茂里 安茂茂里 安茂 八井 様ノ井	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習 手、足のマッサージ、体操
若槻 若槻 安茂茂 茂茂茂茂 安茂茂 安茂 天茂 天 天 天 天 天 ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル	太極拳 コガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操
若槻 若槻 安茂茂茂 茂茂茂茂 安茂茂 安 天 茂 茂 茂 茂 茂 茂 茂 ス 茂 ス 茂 ス 茂 ス 茂 ス ス ス ス	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館 本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習
若槻 若槻 安茂茂 茂茂茂茂 安茂茂 安茂 天茂 天 天 天 天 天 ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル	太極拳 コガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操
若槻 若槻 安茂茂里 安茂茂里 安茂茂東里 安茂茂東里 安茂茂東里 森ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館 本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習
若 安安安安安 安藤 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館 本館 本館 本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動
若 安安安安安安 安藤 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館 本館 本館 本館 本館 川柳分館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳OB会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術球功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館 本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠塚八ノノノノノノノノノノノノノノノノノノノノノノノノノノ	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本館 本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太を撃・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ
若若安安安安篠篠篠篠篠篠松松松県里里里里井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井	本館 小市分室 小市分室 小市市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 大和台館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習
若若安安安安安(、「一年」を表現、「一年」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現、「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」を表現している。「日本」のでは、「日本」の	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 大本館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など)
若若安安安安 (篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 篠 森 松 松 代 松 代 代 代 代 代 代 代 代 代 代 代 代 代 代 代	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハッラツ太極拳 ふた葉の剣	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや特法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習 大極拳の練習
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠 篠 森 松松松松松松松松 大田 東京 はいかい かんしゅう かんしゅう おいかい かんしゅう はいかい かんしゅう はいかい かんしゅう かんしゅう かんしゅう おいかい かんしゅう はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいか	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和和分館 大和田館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術球功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳0B会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など)
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松松松松松代代代代代代代代代代代代代代	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハソラツ太極拳 ふた栗の剣 さくらの会 豊美会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠 篠 森 松松松松松松松松 大田 東京 はいかい かんしゅう かんしゅう おいかい かんしゅう はいかい かんしゅう はいかい かんしゅう かんしゅう かんしゅう おいかい かんしゅう はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい はいか	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和和分館 大和田館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術球功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳0B会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など)
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松松松松松代代代代代代代代代代代代代代	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハソラツ太極拳 ふた栗の剣 さくらの会 豊美会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松松松松松松代代代代代代代代代代	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 大和分館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習 太極拳の練習 大極拳の練習 大極拳の練習 太極拳の練習 大極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の
若若安安安安篠篠篠篠篠篠松松松松松松松花花穂穂 (森林) 大き はいかい はいかい はいかい はいかい おいかい はいかい はいかい はいかい	本館 小市分室 小市分室 小市市分室 小市市館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和分館 共和分館 大和分館 大和分館 大和分館 大和分館 大和分館 大和分館 大和分館 大	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜徴風会	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠松松松松松松松花花穂穂 (森林) 大き はいかい おいかい はいかい はいかい おいかい はいかい かいがい はいかい はいかい はいかい はいかい はいかい は	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 ったた葉の剣 ったた葉の剣 きならの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松花若若若川東井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井井	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和和分館 共和和分館 大共和館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術球功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜徴風会 な極拳長野一陽	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを守う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習、技術向上(24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、大極剣の練習、大極剣、42式総合 健康増進のためのヨガ 太極拳 太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松花若若若川川州株成茂茂茂茂ノノノノノノノノノハイ代代代代代地穂穂島島島	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和分館 共和和分館 共和和分館 大共和館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハソラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜徴風会 本極薬長野一陽 太極の和	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松若若若川川川川規規茂茂茂茂茂ノノノノノノノノノノハ代代代代代代地穂穂島島島島島島島町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町町	本館 小市分室 小市分室 小市市館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術球功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自運術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハソラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 そ被微風会 大極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳 (月)	太極拳 ヨガの練習 伝統楊式太極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのポーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳の練習 太極拳 異式、24式太極拳、太極剣、42式総合 健康増進のためのヨガ 太極拳 た極拳 た極拳 た極拳 た極拳 た極拳 た極拳 た極拳 た極拳 た極拳 た
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市分室 小市方分室 小市市分室 本本館 本本館 本本館 共和分館 共和和分館 共和和分館 共和和分館 共和和分館 大本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 東線內分館 開本本本館 川本本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜徴風会 華武健康太極拳 怪徴風会 な極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳 (月)	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠松松松松松松花若若若川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市市分室 小市市分室 小市市分室 本本館 本本館 本本館 本本館 共和知分館 共和知分館 共和和分館 共和和分館 大本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本本館 本本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ぶた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 桜微風会 華武健康太極拳 桜微風会 太極拳長野一陽 太極拳長野一陽	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市分室 小市市分室 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和知館 共共和知館 共共和知館 共共和知館 共共和知館 共本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳0B会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ぶた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 枝徴風会 華武健康太極拳 桜微風会 幸雄武健康太極拳 桜微風会 太極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳 (月) 自彊術 大極拳長野一陽	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 和利和別館 共和分館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 大本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ぶた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 桜微風会 華武健康太極拳 桜微風会 太極拳長野一陽 太極拳長野一陽	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 和利和別館 共和分館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 大本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳0B会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ぶた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 枝徴風会 華武健康太極拳 桜微風会 幸雄武健康太極拳 桜微風会 太極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳 (月) 自彊術 大極拳長野一陽	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松花若若川川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市分室 小市分室 本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本部館 本本館 本本本館 一川川本本本館 一川川中津分館 一川川中津分館 一川川中津分館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳0B会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ぶた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 桜微風会 幸雄武健康太極拳 桜微風会 太極拳長野一陽 大極の和 川中島健康太極拳 (月)	大極拳 コガの練習 伝統楊式大極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (大極拳、長拳ほか) 大極拳の技術の向上 伝統楊式大極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳、太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習、技術向上(24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、技術向上(24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、大極拳の練習 太極拳 と成撃 を練習 大極拳をが終 と、全球がある。 建工党のよりを表演を表します。 を使い、関連のは、24式総合 健康問題のためのヨガ 太極拳 大極拳 大極拳 大極拳 大極拳 大極拳 大極拳 大極拳 大極拳 大極拳 大
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松花若若若川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市市分室 小市市館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 和刊共和和分館 共和和分館 共和和分館 大共本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 関陳太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハソラッメ 極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 桜微風会 大極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳(月) 自彊術 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳(月) ジョイフルヨガ	大極拳 コガの練習 伝統楊式大極拳の会 練習の会 中国武術の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 伝統楊式太極拳の会 練習の会 週1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨガを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨガや操体法を取り入れた運動 簡化24式太極拳・太極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨガの練習 ヨガを行う ヨガ 太極拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 太極拳の練習 技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習 太極拳、ストレのチ、対大体操等のスポーツ 大極拳を練習 大極拳の練習 太極拳の練習 太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠森松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小小市分室 小小市分室 小小市分室 小小市方分室 本本館 本本館 本本館 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極やの会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハソラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 様徴風会 基建成康太極拳 様微風会 大極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳 (月) 自彊術 太極季長野一陽 大極の和 川中島健康太極拳 (月)	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小小市分室 小小市分室 小小市市館 本本館 本本館 本本館 共和和分館館 共和和分館館 共和和分館館 共和和分館館 大本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術球功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 あた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜徴風会 華武健康太極拳 怪微風会 華武健康太極拳 長野一陽 大極の和 川中島健康太極拳 (月) 自彊術 大極拳長野一陽 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳 (月) ヨガ受好会 スマイルヨガ 太極拳長野一陽	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小市分室 小市市分室 小市市分室 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和和和分館 共和和和分館 共和和和分館 大本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ぶた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 桜微風会 本極拳長野一陽 大極の和 川中島健康太極拳(月) 自彊術 大極拳長野一陽 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳(月) ヨガ受好会 スマイルヨガ ヨカ愛好会 スマイノルヨガ ヨカ野好会 スマイノルヨガ 大極拳長野一陽 休日のヨガ	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松杏若若川川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 中本館 中本館 中本市分字室 中本市分字室 中本館 中本本本館 中本本本館 中本本本館 中本本本館 中本本本館 中本本館 中本本本館 中本本本館 中本本本本館 中本本本本館 中本本本本館 中本本本本館 中本本本本館 中本本本本館 中本本本本館 中本本本本 田川川川中中津津分館 中本・中本・中中・中・中・中・中・中・中・中・中・中・中・中・中・中・中・中・	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳0B会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 華武健康太極拳 軽微風会 幸武健康太極拳 軽微風会 太極拳長野一陽 大声の和 川中島健康太極拳(月) 自彊術 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳(月) ジョイフルヨガ ス極拳長野一陽 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳(月) ジョイフルヨガ ス極拳長野一陽	太極拳 3 力の練習 (太極拳、長拳ほか) 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 太極拳の技術の向上 太龍拳の技術の向上 太龍拳の技術の向上 (武橋武太極拳の会 練習の会 通1回、ヨガのボーズを学習 手、足のマッサージ、体操 ヨカを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨカを中心とした健康体操 太極拳演武の練習 ヨカを中心とした健康体操 大極拳演武の練習 ヨカを行う ヨガ 大陸拳・大極剣等練習を通し技術修得する 沖ヨカの練習 ヨカを行う ヨガ 大陸拳、ストレッチ、功夫体操等のスポーツ バウンドテニスの練習 大陸拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、技術向上 (24式太極拳、剣、扇など) 太極拳の練習、大極拳、太極剣、42式総合 健康常進のためのヨガ 太極拳 定例の練習会、表演会に参加する 太左極拳 定例の練習会、表演会に参加する スた極拳の基本動作を習得する 精神も合わせて学ぶ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う 肩こり、膝、腰痛予防のための体操 定例の練習会、表演会に参加する ヨガ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う ヨカガ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う ヨカガ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う ヨカガ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う コカガ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う コカガ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う コカガ 基本的な体力を見に付け太極拳の表演練習を行う コカガを表のなよる表演会に参加する ツボ接絡を交えてヨカを行う 肩こり、膝、腰痛予防のための体操
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠 篠篠 松松松松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川	本館 小小小市 中本館 小本館 小市分室 小市分室 一本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 大本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自疆術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 素確覚軽素を奏 をあるりヨガ と 大極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳(月) 自選術 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳(月) ジョイフルヨガ ヨガ愛好会 スマイルヨガ コガ愛好会 スマイルヨガ 自選術 太極のコガ 自選術	太極拳
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松松若若若川川川川川川川川川川川川川	本館 小小小市 市分室 小小小市市分室 本本本館 本本本館 本本本館 本本本館 本本本館 本本本館 本本本館 本本館 本本館 本本館 和利利和館 共和和館 共和和館 本本館 松東総務 一川川本本 本館 一川川川中津津分分的館 田島号分館 田島号分館 田中津津十分 田中津津十分 田田・田田・田田・田田・田田・田田・田田・田田・田田・田田・田田・田田・田田	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術球功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自彊術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハソラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆる一りヨガ 桜微風会 幸強健康太極拳 桜微風会 太極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳(月) 自彊術 太極拳長野一陽 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳(月) ジョイフルヨガ ヨガ愛好会 スマイルヨガ コガ愛好会 スマイルコガ 大極拳長野一陽 休日のヨガ 自彊術 KICK BOXING CLUB COURAGEOUS 更北太極拳クラブ	大極拳 3力の練習 (太極拳 長拳ほか) 大極拳の技術の向上 大極拳の技術の向上 大極拳の技術の向上 大極拳の技術の向上 大極拳の技術の向上 大極拳の技術の向上 大極拳の技術の向上 大極拳方法 (1) (1) (2) (3) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4
若若安安安安篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠篠松松松松松松松杏若若川川川川川川川川川川川川川川川川川	本館 小小小市 中本館 小本館 小市分室 小市分室 一本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 共和刊館 大本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館 本本館	さわやか木曜太極拳 ヨガクラブ TAO 太極拳あもり 武術練功会 太極拳 道の会 かつら会 太極拳あもり スマイルヨガ 自疆術 ナルクながの ヨガサークル ファンソンの会 ヨガ・サークル 健康太極拳のB会 生き生きクラブ 共和小ダンス会 Oki ヨガサークル 豊美会 ハートクラブ ハツラツ太極拳 ふた葉の剣 さくらの会 豊美会 ゆるーりヨガ 桜微風会 素確覚軽素を奏 をあるりヨガ と 大極拳長野一陽 太極の和 川中島健康太極拳(月) 自選術 ナチュラル ヨガ 川中島健康太極拳(月) ジョイフルヨガ ヨガ愛好会 スマイルヨガ コガ愛好会 スマイルヨガ 自選術 太極のコガ 自選術	太極拳

更北	本館	タンポポ	気功・練功の練習
更北	本館	草遊会(やさしい太極拳)	気功や太極拳の練習
更北	稲里分館	パンプキン	バランス体操
更北	小島田分館	DSステップW	ストレッチ体操、ダンス、車椅子ダンス
更北	小島田分館	なかよし小島田クラブ	はつらつ体操・ビーチバレー・脳トレ等
更北	真島分館	ムックの太極拳	太極拳の練習
更北	真島分館	ダージャータイチェン真島	太極拳の練習
七二会		ヨガの会	講師の指導のもとヨガを行う
七二会		ダージャータイチェン七二会	太極拳の練習
豊野		レストエアロ	ヨガ、エアロビクス
豊野		笑いヨガ	笑いヨガを行って健康増進に役立てる
豊野		あひるの会	体を整えるエクササイズ
大岡		ヨガサークル	ヨガの練習
信州新町		ヨガサークル	ヨガ

健康づくり、健康管理

_	民館・ センター名	団体・サークル名	活動内容
芹田		ながの北部スポーツクラブ芹田	健康体操、健康に関する勉強会
吉田		アヒムサ健康教室	哲学と実技指導の体験
柳原		ALO	健康勉強会
柳原		長野保健活動を考える自主的研究会	自主学習
川中島町	本館	食育の会	食の勉強と体のしくみなど日々知るため勉強を料理活動
更北	本館	ながの更北操体の会	操体法を学ぶ、実践
更北	本館	ソレイユ	主に総合太極拳を中心とした套路練習
更北	稲里分館	新婦人スイトピーサークル	資料により学習、話し合い

その他			
1	〉民館・	団体・サークル名	活動内容
交流	センター名		ALBIT J.C.
城山	第二地区分館	吹き矢同好会	吹き矢の練習
中部	後町ホール	スタリオンズ	スポーツなどの応援活動、チアリーディングの大会出場など
中部	後町ホール	長野スタリオンズR	スポーツなどの応援活動 チアリーディングの練習
中部	後町ホール	PANTHERS	チアリーディングの練習
三輪		スポーツ吹矢健康クラブ	スポーツ吹矢で健康・精神力集中力を高める
古里		スポーツ吹矢の会	体力作り、健康管理、吹き矢の練習
柳原		柳原吹矢友の会	週一回健康増進のため吹矢を行う
浅川	本館	長野クリスタルバトン	ストレッチ〜バトンワリング振り付け練習
浅川	浅川分室	長野クリスタルバトン	ストレッチ〜バトンワリング振り付け練習
大豆島		スポーツ吹き矢大豆島支部	理学博士の健康講義と吹矢の練習
朝陽	本館	朝陽スポーツ健康吹矢同好会しなのき	吹矢による健康づくり
朝陽	朝陽分室	朝陽スポーツ健康吹矢同好会しなのき	吹矢による健康づくり
若槻		長野クリスタルバトンキッズ	バトントワリングの基礎練習・ストレッチ
若槻		長野クリスタルバトンジュニア	バトントワリング振り付け練習
若槻		信州ノルディックウォーキング協会	ノルディックウォーキングによる健康作り、普及推進活動、ウォーキングの環境向上に関する取組
安茂里	本館	スポーツ吹矢	健康、体力づくり
篠ノ井	本館	けんだまサークル	けん玉の技の研究、練習
篠ノ井	川柳分館	D.SステップW	車椅子ダンス・体操
篠ノ井	共和分館	瞑想同好会	瞑想、話し合い
川中島町	本館	健康づくり吹矢の会(健吹会)	スポーツ吹矢の練習
川中島町	中津分館	健康くらす	ストレッチ体操とコアコンデクションを使って筋肉ほぐし
更北	本館	スポーツ吹矢振興協会長野みなみ支部	定例練習と大会等の開催
更北	更北本館	マグネット健康吹矢教室	数個の的に向かって個人毎にマグネット吹矢を吹いて点数を競う
更北	稲里分館	日本スポーツウェルネス吹矢協会	吹き矢の練習
信更	本館	信更吹矢クラブ	吹矢の練習
豊野		ゆたかのスポーツクラブ	クラブスタッフ及び加盟団体の事業の計画・運営等の打合せ、会議等に使用
豊野		ストレッチポール愛好会	ストレッチとストレッチポールを使って筋肉をほぐし体幹をきたえる
豊野		けん玉愛好会	けん玉の練習
大岡		大岡地区ゴルフ大会実行委員会	地元にあるゴルフ場においてゴフルの親睦