

七本木公民館

利用団体名称	内容	活動日	活動時間
七本木公民館民踊クラブ	民踊	第 2 ・ 第 4 水曜日	午後
七本木ダンベルクラブ	ダンベル体操	毎週水曜日	夜間
SALA七本木太極拳クラブ	太極拳	第 1 ・ 第 3 金曜日	午前
七本木手打ちそば愛好会	そば打ち	毎月最終土曜日	午前
乾武太極拳	太極拳	第 2 ・ 3 ・ 4 金曜日	夜間
七本木 3 B 体操クラブ	3 B 体操	第 2 ・ 第 4 金曜日	午前
上里ダンスクラブ	社交ダンス	毎週火曜日 毎週木曜日	夜間 午後
太極拳トパーズ	太極拳	毎週月曜日	午前
笑って元気笑いヨガ	笑いヨガ	第 2 ・ 第 4 木曜日	午前
SALA七本木	会議	第 2 月曜日	午後
パワーヨガ	パワーヨガ	毎週月曜日	夜間
七本木脳カラクラブ	脳トレ・カラオケ	毎週水曜日	午前
ひまわりの会	新舞踊	毎週金曜日	午後
プルメリアフラ	フラダンス	毎週月曜日	午後
少林寺拳法武蔵上里支部	少林寺拳法	毎週土曜日	午後
三味線クラブ	三味線	第 3 日曜日	午後
聖真会	太極拳	毎週月曜日	午後
弥生会	太極拳	毎週金曜日	午後
正掌会	太極拳	毎週木曜日	午後
スポーツ吹矢上里	吹矢	毎週火曜日	午後
楽らく会	ストレッチ体操	第 1 ・ 3 月曜日 第 2 火曜日	午前 午前
上里町棋友会	囲碁	毎週日曜日	午後
琴美月	大正琴	毎週木曜日	午前
すみれの会	布遊び	第 2 水曜日	午後
STEAMクラブ	子ども料理教室	月末土または日曜日	午前
剣の会	太極拳	第 2 ・ 4 火曜日	午前
食生活改善推進協議会	食生活の改善	第 1 水曜日	午前
安来節愛好会	安来節の練習	第 1 ・ 4 日曜日	午前

※クラブに入会を希望される方は、活動実施日に見学し、クラブ代表の方に直接申し込みをお願いします。公民館では代表者のご連絡先は基本的にお教えできません。