

북구종합체육관

5월 프로그램 시간표



	월	화	수	목	금
09:00~09:50	필라테스	요가	필라테스	요가	필라테스
10:00~10:50	필라테스	요가	필라테스	요가	필라테스
11:00~11:50	요가 (생활체육교실)		요가 (생활체육교실)		
14:00~14:50	에어로빅 (생활체육교실)	에어로빅 (생활체육교실)	에어로빅 (생활체육교실)	에어로빅 (생활체육교실)	
16:00~16:50		배드민턴 (생활체육교실)		풋살 배드민턴 (생활체육교실)	풋살 (생활체육교실)
17:00~17:50	요가 (생활체육교실)		요가 (생활체육교실)		
18:00~18:50	필라테스		필라테스		
19:00~19:50	필라테스		필라테스		사물놀이
20:00~20:50					