

区分		サークル名	活動予定	活動時間	会員数	募集
舞 踊	1	礼神伝SHALL稲毛	日曜	11~15	20	
	2	ふる里の民踊穴川	2・4月曜	11~13	7	
	3	若紫会	火曜	11~15	10	
	4	以翠会	木曜	13~17	6	
エアロビクス	1	やさしいエアロ click here!	水曜	9~11	15	
	2	ズンバブレンダ	金曜	9~11	23	×
チアリーディング	1	稲毛チアリーディングクラブ	木曜	17~19	45	
	2	チーム・シャイニー	土曜		19	×
健康体操	1	楽ストクラブ穴川	日曜	9~13	18	
	2	健康体操の会	日曜	13~15	9	
	3	ダイエット体操 クリスティーナ	月曜	9~13	12	
	4	いきいき3B体操	火曜	9~11	11	
	5	健康体操火曜会	2・3・4火曜	11~13	24	
	6	かなめ会体操サークル	1・3火曜	9~11	6	
	7	パーソナルトレーニングサークル	月曜		3	
ストレッチ	1	立花ストレッチクラブ	金曜	9~11	7	
スポーツ吹矢	1	スポーツウェルネス吹矢	金曜	13~15	11	
ポッチャ	1	ポッチャ同好会	月曜	17~19	19	
ヨガ	1	スマレヨガを楽しむ会	1・3月曜	9~11	23	×
			2・4木曜			
	2	ベーシックヨガ	月4回月曜	13~15	2	
	3	リラックスヨガ	月4回月曜	19~21	7	×
	4	MIKA YOGAサークル	火曜	11~13	10	
	5	楽しいヨガの会	火曜	15~17	17	×
6	いつでもヨガ教室Hug	月4回火・木曜	9~11	25		
自彊術	1	自彊術サークル	1・3月曜	13~15	20	
	2	自彊術ちゅうりっぷ	水曜	9~11	9	
太極拳	1	紅葉会(太極拳)	1水曜	9~11	8	
			2・4火曜	11~13		
			3火曜	11~13		
2	太極拳 絆	2・3・4木曜	13~15	20		
気 功	1	練功十八法愛好会	1・2・3火曜	13~15	12	
	2	ひかり気功 穴川	水曜	9~13	9	
	3	導引養生功 稲毛会	1・3水曜	13~15	24	
	4	気功ハーモニアス・ファミリー	金曜	11~13	7	
	5	穴川気功サークル	土曜	9~13	11	