

| 登録番号 | ①団体名 | ③団体連絡先 | ④活動ジャンル | ④活動内容 | ⑤活動時間 ⑥活動場所 ⑦会費 | ⑧加入資格 ⑨会員構成 |
|--------|---------------|---------------|---------|--------|--|--|
| 221222 | レモンの会 | 0280-48-4968 | エアロビクス | エアロビクス | エアロビクス練習 | 月4回 水曜日 8:00~9:30 古河断熱中田公民館 入会金1,000円 月2,000円 |
| 220123 | ヒートフィットネスクラブ | 090-6110-6376 | エアロビクス | エアロビクス | エアロビクス練習活動により、会員の親睦と健康を維持し、社会に貢献する。メンバーは高齢ですが、元気に楽しくをモットーにしています。 | 月4回 水曜日 19:30~21:00 ヤクルトはなももプラザほか 入会金なし 月3,000円 |
| 220523 | ティップエアロビクスクラブ | 0280-76-6377 | エアロビクス | エアロビクス | エアロビクス | 週1回 金曜日 19:15~20:30 三和農村環境改善センター 入会金なし 日500円 |
| 220524 | キッズエアロビクスクラブ | 0280-76-6377 | エアロビクス | エアロビクス | エアロビクス | 週1回 土曜日 15:30~16:30 三和農村環境改善センター 入会金なし 日500円 |
| 220604 | びれい気功クラブ | 0280-32-9315 | 気功体操 | 気功体操 | 気功 | 月2回 火曜日 14:00~16:00 ユースセンターKI防水 入会金なし 月3,000円 |
| 221036 | さわやか健康気功 | 0280-32-7377 | 気功体操 | 気功体操 | 気功 | 月2回 火曜日 14:00~16:30 古河断熱古河東公民館 入会金なし 月2,500円 |
| 221007 | つくし会 | 0280-32-0066 | 健康体操 | 健康体操 | 健康体操 | 週1回 金曜日 10:00~12:00 古河断熱古河東公民館(古河東公民館) 入会金なし 月2,000円 |
| 221621 | カトレア会 | 090-9311-5030 | 健康体操 | 健康体操 | 健康体操 | 月4回 月曜日 9:30~11:30 ヤクルトはなももプラザ 入会金なし 月1,000円 |

| | | | | | | |
|--------|----------------|--------------|------|------|--|---|
| 221611 | 親和会 | 0280-22-0642 | 健康体操 | 健康体操 | 笑顔で楽しく仲良く身体を動かしましょう。 | 週1回 金曜日 13:30~15:00 ヤクルトはなもプラザ 入会金なし 月2,000円 |
| 220508 | オレンジクラブ | 0280-98-0738 | 健康体操 | 健康体操 | 軽快な音楽でリズム運動、スクワット、ストレッチ、ゴム紐を使っての身体の柔軟、筋力・体幹強化、体力維持をを保持するよう心がけています。 | 月3~4回 金曜日 10:00~12:00 つつみ公民館 入会金500円(教材ゴム紐代) 月1,500円 |
| 22116 | 登録辞退 | | 健康体操 | 健康体操 | 体操 | |
| 220121 | ピーチオースティック | 0280-76-5239 | 健康体操 | 健康体操 | オースティック体操 | 月2回 火曜日 10:00~11:45 コスモスプラザほか 入会金なし 日600円 |
| 220811 | ひまわり | 0280-51-4727 | 健康体操 | 健康体操 | 補助棒(オースティック)を使っでの健康体操 | 月2回 火曜日 9:30~11:30 さくら公民館 入会金なし 月1,500円 |
| 221318 | ゆったり体操 | 0280-78-3360 | 健康体操 | 健康体操 | 健康体操 | 月2回 月曜日 10:00~12:00 コスモスプラザ 入会金なし 月1,000円 |
| 221225 | 中田ラフターヨガクラブ | 0280-48-1219 | 健康体操 | 健康体操 | 笑いと呼吸法を組み合わせた健康体操。大きな笑い声を出して、お腹から体幹を鍛える。 | 月1回 第2月曜日 12:30~14:30 中田公民館 入会金なし 日300円 |
| 221050 | こんにゃく体操(DEREN) | 0280-31-1355 | 健康体操 | 健康体操 | 健康体操 | 月2回 月曜日 10:00~12:00 東公民館 入会金なし 月2,000円 |
| 220505 | 骨盤体操教室 | 0280-98-2271 | 骨盤体操 | 骨盤体操 | 骨盤のゆがみを直し、体幹を意識して体バランスを整える。 | 週3回 金曜日 13:30~15:30 つつみ公民館ほか 入会金なし 月1,000円 |

| | | | | | | |
|--------|-------------|---------------|-------|-------|--------------------------------------|--|
| 220106 | ガンジウ会 | 0280-48-4858 | 自彊術 | 自彊術 | 自彊術 | 週1回 火曜日 10:00~11:30 福祉の社会館 入会金なし 月2,500円 |
| 221016 | 自彊術の会 | 0280-32-5478 | 自彊術 | 自彊術 | 自彊術 | 月3回 日曜日 13:30~15:00 古河断熱古河東公民館 入会金なし 月1,500円 |
| 221614 | 自彊術虹の会 | 0280-22-6484 | 自彊術 | 自彊術 | 体操(自彊術) | 週1回 月曜日 13:30~15:00 福祉の森会館 入会金なし 月2,000円 |
| 221214 | 自彊術古河教室さくら会 | 0280-51-5457 | 自彊術 | 自彊術 | 健康体操 | 月3~4回 火曜日 9:30~11:30 古河断熱中田公民館 入会金なし 月2,000円 |
| 220511 | 自彊術クラブ | 0280-92-4736 | 自彊術 | 自彊術 | 自彊術体操 | 週1回 水曜日 13:30~15:00 つつみ公民館 入会金なし 月2,300円 |
| 221221 | ひよこ体操 | 0280-48-1356 | 柔軟体操 | 柔軟体操 | 柔軟体操 | 月4回 金曜日 9:30~11:30 古河断熱中田公民館 入会金なし 月3,000円 |
| 221723 | あすなる会 | 080-3488-9702 | 柔軟体操 | 柔軟体操 | 体操、柔軟体操、輪になってのバレーボール | 週1回 木曜日 9:30~11:30 いちようプラザ 入会金なし 月2,000円 |
| 220513 | 交友会 | 0280-98-0447 | ストレッチ | ストレッチ | ストレッチ体操を中心に、ウォーキング・ラジオ体操 | 月2回 水曜日 19:00~21:00 つつみ公民館 入会金なし 月500円 |
| 220814 | サロン チェリーズ | 0805641-4925 | ストレッチ | ストレッチ | ストレッチ、リズム運動等で体力、筋力、柔軟性を保持、アップしていきます。 | 週2回 第1,3金曜日 10:00~11:30 さくら公民館 入会金なし 月200円 |

| | | | | | | |
|---------|------------|--------------|-----|-----|---|---|
| 221602 | 太極拳 椿の会 | 0280-32-9781 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳の練習と会員相互の親睦を図る。 | 月3回 木曜日 13:00~17:00 ヤクルトはなももプラザ 入会金なし 月1,000円 |
| 221005 | すみれ会 | 0280-31-1212 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳の実習 | 週1回 木曜日 12:50~14:30 古河断熱古河東公民館(古河東公民館) 月1,500円 |
| 221006 | 太極拳 桃の会 | 0280-22-0513 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳 | 月3回 金曜日 9:30~12:30 古河断熱古河東公民館(古河東公民館) 入会金なし 月1,000円 |
| 221701 | まくらが太極拳クラブ | 0280-31-2629 | 太極拳 | 太極拳 | 揚名時八段錦太極拳について講師を招き、健康維持のため初歩から習う。 | 週1回 月曜日 13:00~17:00 いちようプラザ 入会金なし 月1,000円 |
| 220105 | 太極拳 華藝会 | 0280-31-1129 | 太極拳 | 太極拳 | 定期練習及び親睦会 | 月4回 火曜日 10:00~12:00 コミュニティセンター総和 入会金1,000円 月1,500円 |
| 220704 | 太極拳「とねミドリ」 | 0280-32-2459 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳の練習と会員相互の親睦を図る。 | 月3回 火曜日 10:00~12:00 とねミドリ館ほか 入会金なし 月1,000円 |
| 220605 | 悠悠太極拳 | 0280-92-7563 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳の稽古 | 月2回 火曜日 10:00~12:00 ユースセンターKI防水ほか 入会金なし 月1,500円 |
| 2203022 | 百の会 | 0280-76-5604 | 太極拳 | 太極拳 | 健康、太極拳 | 週1回 金曜日 9:00~12:00 三和農村環境改善センター 入会金なし 年10,000円 |
| 221707 | 太極拳ホーム | 0280-32-9641 | 太極拳 | 太極拳 | 呼吸に合わせてゆっくり動く、いつでも、どこでも、だれでもできる運動です。一緒に楽しく身体を動かして健康を保ちませんか。 | 月4回 水曜日 19:00~21:00 入会金なし 月1,000円 |

| | | | | | | |
|---------|---------------|---------------|----------|----------|---------------------------------------|--|
| 221019 | 太極拳 秋桜 | 070-3179-3779 | 太極拳 | 太極拳 | 健康と太極拳の自主学習目的 | 週1回 水曜日 15:00~16:30 古河断熱古河東公民館 入会金なし 年1,000円 |
| 221212 | 古河白鶴太極拳 | 0280-32-4495 | 太極拳 | 太極拳 | 健康太極拳24式練習 | 月4回 月曜日 9:30~11:30 古河断熱中田公民館 入会金1,000円 月1,500円 |
| 221616 | 気功太極拳出城 | 0280-22-1655 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳(二十四型、八段錦、百花拳等) | 週1回 火曜日 9:00~12:00 ヤクルトはなももプラザ 入会金なし 月1,000円 |
| 221617 | 古河拳友会 | 0280-48-0299 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳の活動を通じ、会員相互の親睦と健康増進を目的とする。 | 週1回 土曜日 17:30~19:30 ヤクルトはなももプラザ 入会金1,000円 月1,000円 |
| 2203028 | 太極「昴」 | 090-5527-4501 | 太極拳 | 太極拳 | 太極拳の練習・親睦会 | 週1回 火曜日 9:30~11:30 三和健康ふれあいスポーツセンター 入会金なし 月1,000円 |
| 2203032 | 悠遊太極拳クラブ | 0280-22-3106 | 太極拳 | 太極拳 | 結構難しい太極拳を、みんなで楽しみながら、身体と心の健康維持を目指します。 | 週1回 金曜日 9:30~11:30 いちようプラザ 入会金なし 月1,000円 |
| 2203023 | Kバレエストレッチサークル | 090-7001-0196 | バレエストレッチ | バレエストレッチ | バレエストレッチ | 月2回 木曜日 14:00~16:00 サークル館ほか 入会金なし 月1,000円 |
| 221001 | ヨガ愛好会 | 0280-32-1932 | ヨガ | ヨガ | ヨガ実習 | 月4回 土曜日 19:00~21:00 古河断熱古河東公民館(古河東公民館) 入会金なし 月1,000円 |
| 2203008 | しずヨガ教室 | 090-7001-0196 | ヨガ | ヨガ | ヨガレッスン | 月4回 火曜日 13:30~15:00 イーエスはなもも体育館 ほか 入会金なし 正会員:月3,000円 準会員:月2,000円(月2回) |

| | | | | | | |
|--------|---------------|---------------|----|----|---|---|
| 220510 | ヨガサークルさち | 090-1265-2404 | ヨガ | ヨガ | 身体に効かせることを一番の目的としたヨガのポーズをする。 | 週1回 土曜日 10:00~12:00 つつみ公民館 入会金なし 月4,000円 |
| 221313 | 三和ヨーガクラブ | 0280-98-0044 | ヨガ | ヨガ | ヨーガ実習活動を通して、会員相互の能力の向上と、健康増進並びに、会員の親睦を図る。 | 月4回 金曜日 9:30~11:30 コスモスプラザ 入会金なし 月2,000円 |
| 221218 | サチヨガ | 0280-48-0356 | ヨガ | ヨガ | ヨガ | 週1回 月曜日 10:00~11:30 古河断熱中田公民館 入会金なし 月500円 |
| 221027 | ヨーガ木曜会 | 0280-32-3127 | ヨガ | ヨガ | ヨーガ練習 | 月3回 木曜日 14:00~15:00 古河断熱古河東公民館 入会金なし 月1,000円 |
| 220134 | すみれ会 | 090-5413-3334 | ヨガ | ヨガ | ヨガ | 月2回 水曜日 9:30~10:30 スペースU 入会金なし 月2,500円 |
| 220137 | 古河市整形外科ヨガサークル | 090-2552-9211 | ヨガ | ヨガ | シニア世代の方々に向けたヨガ | 週1回 木曜日 10:00~11:00 古河市総和老人福祉センター 入会金なし 日700円 |