

中沢公民館	TEL : 83-5125	FAX : 81-1422
	E-mail : nakazawa@city.komagane.nagano.jp	

文化団体					
番号	分野	団体名	例会		
1	短歌	生活をうたう会	偶数月	第2木曜日	昼間
2	詩吟	詩吟中沢中央	毎週	火曜日	夜
3		詩吟中沢	毎週	火曜日	午後
4	舞踊	春駒会	毎週	金曜日	午後
5	合唱	若草コーラス	毎月	第1・3水曜日	夜
6	水彩画	中沢水彩画教室	毎月	1~2回	午後
7	水墨画	デッサン水墨画教室	毎月	第3月曜日	午後
8	染色	草木染教室	毎月	第1・3土曜日	午後
9	機織	機織クラブ	毎週	水曜日	昼間
10	手芸	和紙ちぎり絵	毎月	第1木曜日	午前
11	着物	雅着付教室	毎月	第2火曜日	夜
12	写真	写真を楽しもう	毎月	第2火曜日	昼間

スポーツ団体					
番号	分野	団体名	例会		
1	太極拳	健康太極拳	毎月	第2月曜日	夜
2	ヨガ	秋桜ヨガ教室	毎月	第2・4火曜日	
2	軽運動	N-スプラッシュ	毎月	第1・3月曜日	夜
3		スプラッシュベリー	毎週	月曜日・水曜日	夕方
4	トリムバレー	みんなのスポーツ	毎週	火曜日	夜
5		パパママ	毎週	土曜日	夜
6		中沢トリムボールリーグ	毎週	金曜日	夜
7		曾倉部	毎週	土曜日	夜
8	ランニング	駒ヶ根中沢RC	毎週	水曜日	夜
9	卓球	中沢卓球	毎週	金曜日	夜
10	バスケットボール	中沢BBC	毎週	水曜日・金曜日・日曜日	夜