

中沢公民館	TEL : 83-5125	FAX : 81-1422
	E-mail : naka-kou@city.komagane.lg.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	午後
2	詩吟	詩吟楠洲流中沢中央支部	毎週	土曜日	午後
3	舞踊	春駒会	毎月	第1・3木曜日	午前
4		日本舞踊 中沢教室	毎月	1回	夜
5	合唱	若草コーラス	毎月	第1・3水曜日	夜
6		童謡唱歌をうたう会	毎月	1回月曜日	夕方
7	水彩画	中沢水彩画教室	毎月	第1水曜日	午前
8	水墨画	デッサン・水墨画教室	毎月	第3月曜日	午後
9	染色	草木染教室	毎月	第1・3土曜日	午後
10	機織	中沢機織クラブ	毎週	水曜日	昼間
11	手芸	和紙ちぎり絵	毎月	第1木曜日	午前
12	着物	雅着付教室	毎月	第2木曜日	夜
13	写真	写真を楽しもう	毎月	第2火曜日	午後
14	朗読	朗読の会「葉桜」	毎月	第2・4木曜日	夜
15	料理	花巻寿司教室	毎月	1回水曜日	午前

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	<small>こすもす</small> 秋桜ヨガ教室	毎月	第2・4火曜日	午前
3	軽運動	N-スプラッシュ	毎月	第1・3月曜日	夜
4		スプラッシュベリー	毎週	月・水曜日	夕方
5	トリムバレー	みんなのスポーツ	毎週	火曜日	夜
6		パパママ	毎週	土曜日	夜
7		中沢トリム	毎週	金曜日	夜
8		曾倉部	毎月	土曜日	夜
9	ランニング	駒ヶ根中沢RC	毎週	水曜日	夜
10	卓球	中沢卓球	毎週	金曜日	夜
11	バスケットボール	中沢BBC	毎週	水曜日	夜