

スポーツクラブのしる 教室カレンダー (2019.8月分)

日	月	火	水	木	金	土
				1 ■多種目スポーツ教室 種目:8人制バレーボール 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:30 場所:能総体 ■ラージボール卓球教室 講師:ラージボール卓球協会 時間:13:00~15:00 場所:能総体	2 ■軽運動教室 種目:健康増進プログラム 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体	3 ■親子遊び・運動教室 種目:ACP 講師:川尻美紀子 時間:10:00~10:45 場所:能総体
4	5 ■太極拳教室 講師:太極拳協会 時間:11:00~12:00 場所:能総体 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目:エアロビクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	6 ■ファミリースポーツ教室 種目:フライングディスク 講師:高坂 一慧 時間:19:30~20:30 場所:能総体 ■ヨーガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	7 ■朝ヨーガ教室 講師:大山 美樹 先生 時間:10:00~11:15 場所:能総体 ■バスケットボール教室 講師:高橋 英章 時間:16:30~19:00 場所:能総体 ■マシントレーニング教室 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:能総体 ■スローエアロビクス教室 講師:川尻 邦子 先生 時間:10:00~11:30 場所:能総体 ■ファン!フィットネス 種目:エアロビクス 講師:佐藤美奈子 先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体	8 ■多種目スポーツ教室 種目:ラージボール卓球 講師:高坂 一慧 時間:10:00~11:30 場所:能総体 ■ラージボール卓球教室 講師:ラージボール卓球協会 時間:13:00~15:00 場所:能総体	9 ■軽運動教室 種目:ベタンク 講師:長谷川純子 時間:10:00~11:00 場所:能総体	10
11	12 お休み	13 お休み	14 お休み	15 ■多種目スポーツ教室 種目:マレットゴルフ 講師:長谷川純子 時間:10:00~11:30 場所:マレットゴルフ場	16 お休み	17
18	19 ■太極拳教室 講師:太極拳協会 時間:11:00~12:00 場所:能総体 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目:エアロビクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	20 ■ファミリースポーツ教室 種目:スポーツ鬼ごっこ 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:30 場所:能総体 ■ヨーガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	21 ■朝ヨーガ教室 講師:大山 美樹 先生 時間:10:00~11:15 場所:能総体 ■バスケットボール教室 講師:高橋 英章 時間:16:30~19:00 場所:能総体 ■ファン!フィットネス 種目:エアロビクス 講師:佐藤美奈子 先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体 ■マシントレーニング教室 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:能総体	22 ■多種目スポーツ教室 種目:ミニテニス 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:30 場所:落合球技場 ■ラージボール卓球教室 講師:ラージボール卓球協会 時間:13:00~15:00 場所:能総体	23 ■軽運動教室 種目:健康増進プログラム 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体	24 ■親子遊び・運動教室 種目:ACP 講師:小笠原 光 時間:10:00~10:45 場所:能総体
25	26 ■太極拳教室 講師:太極拳協会 時間:11:00~12:00 場所:能総体 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目:エアロビクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	27 ■ファミリースポーツ教室 種目:バドミントン 講師:高坂 一慧 時間:19:30~20:30 場所:能総体 ■ヨーガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	28 ■朝ヨーガ教室 講師:大山 美樹 先生 時間:10:00~11:15 場所:能総体 ■バスケットボール教室 講師:高橋 英章 時間:16:30~19:00 場所:能総体 ■マシントレーニング教室 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:能総体 ■スローエアロビクス教室 講師:川尻 邦子 先生 時間:10:00~11:30 場所:能総体 ■ファン!フィットネス 種目:エアロビクス 講師:佐藤美奈子 先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体	29 ■多種目スポーツ教室 種目:マレットゴルフ 講師:マレットゴルフ協会 時間:10:00~11:30 場所:マレットゴルフ場 ■ラージボール卓球教室 講師:ラージボール卓球協会 時間:13:00~15:00 場所:能総体	30 ■軽運動教室 種目:健康増進プログラム 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体	31