

# スポーツクラブのしる 教室カレンダー (2020.7月分)

日	月	火	水	木	金	土
			<p>1</p> <p>■朝ヨガ教室 講師: 大山 美樹 先生 時間: 10:00~11:15 場所: 能総体</p> <p>■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</p> <p>■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</p>	<p>2</p> <p>■多種目スポーツ教室 種目: グラウンド・ゴルフ 講師: 小笠原 光 時間: 10:00~11:30 場所: 能総体</p> <p>■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</p>	<p>3</p> <p>■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</p>	<p>4</p> <p>■親子遊び・運動教室 講師: 小笠原 光 時間: 10:00~11:00 場所: 能総体</p>
5	6	7	8	9	10	11
	<p>6</p> <p>■太極拳教室 講師: 太極拳協会 時間: 11:00~12:00 場所: 能総体</p> <p>■エアロ&amp;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</p>	<p>7</p> <p>■ファミリースポーツ教室 種目: ドッジビー 講師: 高坂 一慧 時間: 19:30~20:30</p> <p>■ヨガ教室 講師: 大山 美樹先生 時間: 19:30~20:45 場所: 能総体</p>	<p>8</p> <p>■朝ヨガ教室 講師: 大山 美樹 先生 時間: 10:00~11:15 場所: 能総体</p> <p>■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</p> <p>■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</p> <p>■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</p> <p>■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</p>	<p>9</p> <p>■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: 能総体</p> <p>■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</p>	<p>10</p> <p>■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</p>	<p>11</p>
12	13	14	15	16	17	18
	<p>13</p> <p>■太極拳教室 講師: 太極拳協会 時間: 11:00~12:00 場所: 能総体</p> <p>■エアロ&amp;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</p>	<p>14</p> <p>■ファミリースポーツ教室 種目: ディスクゴルフ 講師: 小笠原 光 時間: 19:30~20:30</p> <p>■ヨガ教室 講師: 大山 美樹先生 時間: 19:30~20:45 場所: 能総体</p>	<p>15</p> <p>■朝ヨガ教室 講師: 大山 美樹 先生 時間: 10:00~11:15 場所: 能総体</p> <p>■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</p> <p>■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</p>	<p>16</p> <p>■多種目スポーツ教室 種目: 卓球 講師: 長谷川 時間: 10:00~11:30 場所: 能総体</p> <p>■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</p>	<p>17</p> <p>■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</p>	<p>18</p> <p>■親子遊び・運動教室 講師: 小笠原 光 時間: 10:00~11:00 場所: 能総体</p>
19	20	21	22	23	24	25
	<p>20</p> <p>■太極拳教室 講師: 太極拳協会 時間: 11:00~12:00 場所: 能総体</p> <p>■エアロ&amp;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</p>	<p>21</p> <p>■ファミリースポーツ教室 種目: ミニテニス・バドミントン 講師: 高坂 一慧 時間: 19:30~20:30</p> <p>■ヨガ教室 講師: 大山 美樹先生 時間: 19:30~20:45 場所: 能総体</p>	<p>22</p> <p>■朝ヨガ教室 講師: 大山 美樹 先生 時間: 10:00~11:15 場所: 能総体</p> <p>■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</p> <p>■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</p> <p>■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</p> <p>■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</p>	<p>23</p>	<p>24</p>	<p>25</p>
26	27	28	29	30	31	
	<p>27</p> <p>■太極拳教室 講師: 太極拳協会 時間: 11:00~12:00 場所: 能総体</p> <p>■エアロ&amp;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</p>	<p>28</p> <p>■ファミリースポーツ教室 種目: 弓道 講師: 弓道連盟 時間: 19:30~20:30</p> <p>■ヨガ教室 講師: 大山 美樹先生 時間: 19:30~20:45 場所: 能総体</p>	<p>29</p> <p>■朝ヨガ教室 講師: 大山 美樹 先生 時間: 10:00~11:15 場所: 能総体</p> <p>■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</p> <p>■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</p> <p>■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</p>	<p>30</p> <p>■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</p> <p>■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</p>	<p>31</p> <p>■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</p>	