

スポーツクラブのしる 教室カレンダー (2020.8月分)

日	月	火	水	木	金	土
						1 ■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
2	3 ■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	4 ■ファミリースポーツ教室 種目:ミニテニス 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:30 ■ヨーガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	5 ■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 ■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 ■バスケボール教室 講師:高橋 英幸 時間:13:30~16:00 場所:能総体 ■マ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	6 ■多目的スポーツ教室 種目: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	7 ■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	8
9	10	11 ■ファミリースポーツ教室 種目:ソフトテニス 講師:高坂 一慧 時間:19:30~20:30 ■ヨーガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	12 ■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 ■スローエアロビクス教室 講師:川原 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 ■バスケボール教室 講師:高橋 英幸 時間:13:30~16:00 場所:能総体 ■マ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	13 お盆の為お休み	14 ■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	15
16	17 ■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	18 ■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 ■ヨーガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	19 ■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 ■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	27 ■多目的スポーツ教室 種目:クップ 講師:クップ指導者 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	28 ■軽運動教室 種目:健康増進プログラム 講師:長谷川純子 時間:10:00~11:00 場所:能総体	15 ■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
23	24 ■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	25 ■ファミリースポーツ教室 種目:投げ方講座 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:30 ■ヨーガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	26 ■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 ■スローエアロビクス教室 講師:川原 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 ■マ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	27 ■多目的スポーツ教室 種目:マレットゴルフ 講師:小笠原 光 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	28 ■軽運動教室 種目:クップ 講師:クップ指導者 時間:10:00~11:00 場所:能総体	29
30	31 ■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					