

# スポーツクラブのしる 教室カレンダー (2021.2月分)

日	月	火	水	木	金	土
	1 <b>■太極拳教室</b> 講師:太極拳協会 時間:11:00~12:00 場所:能総体 <b>■エアロ&amp;ステップエクササイズ</b> 種目:エアロピクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	2 <b>■ファミリースポーツ教室</b> 種目:アルティメット(ラグビー) 講師:高坂 一慧 時間:19:30~20:30  <b>■ヨガ教室</b> 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	3 <b>■朝ヨガ教室</b> 講師:大山 美樹 先生 時間:10:00~11:15 場所:能総体  <b>■ファン!フィットネス</b> 種目:エアロピクス 講師:佐藤美奈子先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体  <b>■マシントレーニング教室</b> 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:能総体	4 <b>■多種目スポーツ教室</b> 種目:卓球 講師:長谷川 時間:10:00~11:30 場所:能総体 <b>■ラージボール卓球教室</b> 講師:ラージボール卓球協会 時間:13:00~15:00 場所:アリナス	5 <b>■軽運動教室</b> 種目:健康増進プログラム 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:能総体	6 <b>■親子遊び・運動教室</b> 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体
7	8 <b>■太極拳教室</b> 講師:太極拳協会 時間:11:00~12:00 場所:能総体 <b>■エアロ&amp;ステップエクササイズ</b> 種目:エアロピクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	9 <b>■ファミリースポーツ教室</b> 種目:バドミントン 講師:高坂 一慧 時間:19:30~20:30  <b>■ヨガ教室</b> 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	10 <b>■朝ヨガ教室</b> 講師:大山 美樹 先生 時間:10:00~11:15 場所:能総体  <b>■スローエアロピクス教室</b> 講師:川尻 邦子 先生 時間:10:00~11:30 場所:能総体  <b>■ファン!フィットネス</b> 種目:エアロピクス 講師:佐藤美奈子先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体  <b>■バスケットボール教室</b> 講師:高橋 英章 時間:15:00~17:30 場所:能総体  <b>■マシントレーニング教室</b> 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:能総体	11 建国記念日	12 <b>■軽運動教室</b> 種目:健康増進プログラム 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:能総体	13
14	15 <b>■太極拳教室</b> 講師:太極拳協会 時間:11:00~12:00 場所:能総体 <b>■エアロ&amp;ステップエクササイズ</b> 種目:エアロピクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	16 <b>■ファミリースポーツ教室</b> 種目:バブル体験 講師:高坂 一慧 時間:19:30~20:30  <b>■ヨガ教室</b> 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	17 <b>■朝ヨガ教室</b> 講師:大山 美樹 先生 時間:10:00~11:15 場所:能総体  <b>■ファン!フィットネス</b> 種目:エアロピクス 講師:佐藤美奈子先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体  <b>■マシントレーニング教室</b> 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:能総体	18 <b>■多種目スポーツ教室</b> 種目:6人制バレーボール 講師:高坂 時間:10:00~11:30 場所:能総体 <b>■ラージボール卓球教室</b> 講師:ラージボール卓球協会 時間:13:00~15:00 場所:アリナス	19 <b>■軽運動教室</b> 種目:健康増進プログラム 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:能総体	20 <b>■親子遊び・運動教室</b> 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体
21	22 <b>■太極拳教室</b> 講師:太極拳協会 時間:11:00~12:00 場所:能総体 <b>■エアロ&amp;ステップエクササイズ</b> 種目:エアロピクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	23 天皇誕生日	24 <b>■朝ヨガ教室</b> 講師:大山 美樹 先生 時間:10:00~11:15 場所:能総体  <b>■スローエアロピクス教室</b> 講師:川尻 邦子 先生 時間:10:00~11:30 場所:能総体  <b>■ファン!フィットネス</b> 種目:エアロピクス 講師:佐藤美奈子先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体  <b>■バスケットボール教室</b> 講師:高橋 英章 時間:15:00~17:30 場所:能総体  <b>■マシントレーニング教室</b> 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:能総体	25 <b>■多種目スポーツ教室</b> 種目:卓球・スマイルポーリング 講師:小笠原 時間:10:00~11:30 場所:能総体 <b>■ラージボール卓球教室</b> 講師:ラージボール卓球協会 時間:13:00~15:00 場所:能総体	26 <b>■軽運動教室</b> 種目:健康増進プログラム 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:能総体	27
28						