

スポーツクラブのしろ 教室カレンダー (H28.6月分)

H28.6.8現在

日	月	火	水	木	金	土
			1 ■レッツ! アクアビクス 講師: 大塚貴代 場所: 市民プール 時間: 10:00~11:00 ■ファン! フィットネス 講師: 佐藤美奈子 種目: エアロビクス 場所: 格技場 時間: 14:00~15:00 ■マントレーニング教室 講師: 小笠原光 場所: トレーニングルーム 時間: 19:30~20:45	2 ■多種目スポーツ教室 講師: TBG協会 種目: TBG 場所: 土床体育館横 時間: 10:00~11:30 ■ラージボール卓球教室 講師: ラージ卓球協会 場所: 体育場 時間: 13:00~14:30	3 ■元気もりもり教室 講師: 小笠原光 場所: 体育場 時間: 10:00~11:00	4
5	6 ■エアロ&ステップエクササイズ 講師: 安井加奈子 種目: エアロビクス 場所: 格技場 時間: 19:30~20:30	7 ■ファミリースポーツ教室 講師: 卓球協会 種目: 卓球 場所: 軽運動場 時間: 19:30~20:30	8 ■レッツ! アクアビクス 講師: 大塚貴代 場所: 市民プール 時間: 10:00~11:00 ■ファン! フィットネス 講師: 小笠原光 種目: ダンベル&脳トレ 場所: 格技場 時間: 14:00~15:00 ■マントレーニング教室 講師: 小笠原光 場所: トレーニングルーム 時間: 19:30~20:45	9 ■多種目スポーツ教室 講師: 小笠原・長谷川 種目: ウォーキング 場所: 能代市総合体育館集合 時間: 10:00~11:30 ■ラージボール卓球教室 講師: ラージ卓球協会 場所: 体育場 時間: 13:00~14:30	10 ■元気もりもり教室 講師: 小笠原光 場所: 体育場 時間: 10:00~11:00	11 ■幼児運動教室 講師: 小笠原・川尻美紀子 種目: チャイルドプログラム 場所: 軽運動場 時間: 10:00~10:45
12	13 ■エアロ&ステップエクササイズ 講師: 安井加奈子 種目: エアロビクス 場所: 格技場 時間: 19:30~20:30 ■バスケットボール教室 講師: 高橋英章 場所: 軽運動場 時間: 16:30~19:00	14 ■ファミリースポーツ教室 講師: 辻崇史 種目: ピロポロ 場所: 体育場 時間: 19:30~20:30	15 ■レッツ! アクアビクス 講師: 大塚貴代 場所: 市民プール 時間: 10:00~11:00 ■ファン! フィットネス 講師: 安井加奈子 種目: ステップエクササイズ 場所: 格技場 時間: 14:00~15:00 ■マントレーニング教室 講師: 小笠原光 場所: トレーニングルーム 時間: 19:30~20:45	16 ■多種目スポーツ教室 講師: 辻・長谷川 種目: 8人制バレー 場所: 体育場 時間: 10:00~11:30 ■ラージボール卓球教室 講師: ラージ卓球協会 場所: 体育場 時間: 13:00~14:30	17 ■元気もりもり教室 講師: 小笠原光 場所: 体育場 時間: 10:00~11:00	18 ■幼児運動教室 講師: 小笠原・川尻美紀子 種目: チャイルドプログラム 場所: 軽運動場 時間: 10:00~10:45
19	20 ■エアロ&ステップエクササイズ 講師: 安井加奈子 種目: エアロビクス 場所: 格技場 時間: 19:30~20:30	21 ■ファミリースポーツ教室 講師: 小笠原光 種目: 卓球 場所: 格技場 時間: 19:30~20:30	22 ■レッツ! アクアビクス 講師: 大塚貴代 場所: 市民プール 時間: 10:00~11:00 ■ファン! フィットネス 講師: 佐藤美奈子 種目: エアロビクス 場所: 格技場 時間: 14:00~15:00 ■マントレーニング教室 講師: 小笠原光 場所: トレーニングルーム 時間: 19:30~20:45	23 ■多種目スポーツ教室 講師: グラウンド・ゴルフ協会 種目: グラウンド・ゴルフ場 場所: 三面球場 時間: 10:00~11:30 ■ラージボール卓球教室 講師: ラージ卓球協会 場所: 体育場 時間: 13:00~14:30	24 ■元気もりもり教室 講師: 小笠原光 場所: 体育場 時間: 10:00~11:00	25
26	27 ■エアロ&ステップエクササイズ 講師: 安井加奈子 種目: エアロビクス 場所: 格技場 時間: 19:30~20:30 ■バスケットボール教室 講師: 高橋英章 場所: 軽運動場 時間: 16:30~19:00	28 ■ファミリースポーツ教室 講師: 辻・小笠原 種目: バブルサッカー 場所: 体育場 時間: 19:30~20:30	29 ■レッツ! アクアビクス 講師: 大塚貴代 場所: 市民プール 時間: 10:00~11:00 ■ファン! フィットネス 講師: 安井加奈子 種目: ステップエクササイズ 場所: 格技場 時間: 14:00~15:00 ■マントレーニング教室 講師: 小笠原光 場所: トレーニングルーム 時間: 19:30~20:45	30 ■多種目スポーツ教室 講師: 弓道連盟 種目: 弓道 場所: 弓道場 時間: 10:00~11:30 ■ラージボール卓球教室 講師: ラージ卓球協会 場所: 体育場 時間: 13:00~14:30		