

スポーツクラブのしろ 教室カレンダー (H30.4月分)

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ■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	3 ■ファミリースポーツ教室 種目:ペタンク 時間:19:30~20:30 場所:能総体 ■ヨガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	4 ■朝ヨガ教室 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	5 ■多種目スポーツ教室 種目:ミニテニス 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:30 場所:アリナス ■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	6 ■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	7 幼児運動教室 種目:チャイルドプログラム 講師:小笠原 光 時間:10:00~10:45 場所:能総体
8	9 ■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	10 ■ファミリースポーツ教室 種目:ミニテニス 講師:工藤 時間:19:30~20:30 場所:能総体 ■ヨガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	11 ■朝ヨガ教室 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:ステップ 講師:小笠原 光 時間:14:00~15:00 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	12 ■多種目スポーツ教室 種目:ラージボール卓球 講師:小笠原・工藤 時間:10:00~11:30 場所:アリナス ■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	13 ■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	14
15	16 ■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	17 ■ファミリースポーツ教室 種目:卓球 講師:工藤 時間:19:30~20:30 場所:能総体 ■ヨガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体	18 ■朝ヨガ教室 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	19 ■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 長谷川 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	20 ■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	21 幼児運動教室 種目:チャイルドプログラム 講師:小笠原 光 時間:10:00~10:45 場所:能総体
22	23 ■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	24 ■ファミリースポーツ教室 種目:バドミントン 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:30 場所:能総体 ■ヨガ教室 講師:大山 美樹先生 時間:19:30~20:45 場所:能総体 研修室	25 ■朝ヨガ教室 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:ステップ 講師:小笠原 光 時間:14:00~15:00 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	26 ■多種目スポーツ教室 種目:バドミントン 講師:工藤・長谷川 時間:10:00~11:30 場所:風の松原 ■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	27 ■軽運動教室 種目:軽運動種目体験 講師:長谷川 時間:10:00~11:00 場所:能総体	28
29 昭和の日	30 振替休日					