

# 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 <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:エアロビクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	3 <b>■ファミリースポーツ教室</b> 種目:ペタンク 時間:19:30~20:30 場所:能総体 <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	4 <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:エアロビクス 講師:佐藤美奈子 先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体	5 <b>■多種目スポーツ教室</b> 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 <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	6 <b>■軽運動教室</b> 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 <b>幼児運動教室</b> 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 <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:エアロビクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	10 <b>■ファミリースポーツ教室</b> 種目:ミニテニス 講師:工藤 時間:19:30~20:30 場所:能総体 <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	11 <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:ステップ 講師:小笠原 光 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:16:30~19:00 場所:能総体	12 <b>■多種目スポーツ教室</b> 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 <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	13 <b>■軽運動教室</b> 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 <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:エアロビクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	17 <b>■ファミリースポーツ教室</b> 種目:卓球 講師:工藤 時間:19:30~20:30 場所:能総体 <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	18 <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:エアロビクス 講師:佐藤美奈子 先生 時間:14:00~15:00 場所:能総体	19 <b>■多種目スポーツ教室</b> 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 <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	20 <b>■軽運動教室</b> 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 <b>幼児運動教室</b> 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 <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:エアロビクス 講師:安井 加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体	24 <b>■ファミリースポーツ教室</b> 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 <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 研修室	25 <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:ステップ 講師:小笠原 光 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:16:30~19:00 場所:能総体	26 <b>■多種目スポーツ教室</b> 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 <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	27 <b>■軽運動教室</b> 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					