

スポーツクラブのしろ 教室カレンダー (H28.7月分)

H28.6.23現在

日	月	火	水	木	金	土
					1 ■元気もりもり教室 種目:ベタンク 講師:辻・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:体育場	2 ■幼児運動教室 種目:幼児運動プログラム 講師:川尻美紀子 時間:10:00~10:45 場所:軽運動場
3	4 ■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 時間:19:30~20:30 場所:格技場 ■バスケットボール教室 講師:高橋英章 時間:16:30~19:00 場所:軽運動場	5 ■ファミリースポーツ教室 種目:弓道 講師:弓道連盟 時間:19:30~20:30 場所:弓道場	6 ■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:ファイトマックス 場所:格技場 時間:14:00~15:00 ■マシ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	7 ■多種目スポーツ教室 講師:ミニテニス協会 種目:ミニテニス 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	8 ■元気もりもり教室 種目:健康増進 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:体育場	9
10	11 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目:ユニカール 講師:安井加奈子 時間:19:30~20:30 場所:格技場 ■バスケットボール教室 講師:高橋英章 時間:16:30~19:00 場所:軽運動場	12 ■ファミリースポーツ教室 種目:ユニカール 講師:ユニカール協会 時間:19:30~20:30 場所:体育場	13 ■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:ダンベルフィット 場所:格技場 時間:14:00~15:00 ■マシ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	14 ■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	15 ■元気もりもり教室 種目:健康増進 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:研修室	16
17	18 海の日	19 ■ファミリースポーツ教室 種目:バブルサッカー 講師:辻・小笠原 時間:19:30~20:30 場所:体育場	20 ■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 ■マシ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	21 ■多種目スポーツ教室 講師:辻・長谷川 種目:8人制バレーボール 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	22 ■元気もりもり教室 種目:健康増進 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:体育場	23 ■幼児運動教室 種目:幼児運動プログラム 講師:小笠原光 時間:10:00~10:45 場所:軽運動場
24	25 ■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 時間:19:30~20:30 場所:格技場	26 ■ファミリースポーツ教室 種目:ミニテニス 講師:ミニテニス協会 時間:19:30~20:30 場所:軽運動場	27 ■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 ■マシ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	28 ■多種目スポーツ教室 講師:小笠原・長谷川 種目:マレットゴルフ 場所:マレットゴルフ場 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	29 ■元気もりもり教室 種目:健康増進 講師:小笠原・長谷川 時間:10:00~11:00 場所:体育場	30
31						