

スポーツクラブのしろ 教室カレンダー (H28.9月分)

H28.8.22現在

日	月	火	水	木	金	土
				1 ■多種目スポーツ教室 種目:バドミントン 講師:工藤 達美氏 時間:10:00~11:30 場所:能総体 体育場	2 ■元気もりもり教室 種目:健康増進教室 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体 体育場	3
4	5 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目:ステップエクササイズ 講師:安井加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体 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:能総体 軽運動場	6 ■ファミリースポーツ教室 種目:タッチラグビー 講師:小笠原 時間:19:30~20:30 場所:能総体 体育場	7 ■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 格技場 ■マシントレーニング教室 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:TR	8 ■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 体育場	9 ■元気もりもり教室 種目:健康増進教室 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体 研修室	10
11	12 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目:ステップエクササイズ 講師:安井加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体 格技場	13 ■ファミリースポーツ教室 種目:卓球 講師:辻 時間:19:30~20:30 場所:能総体 体育場	14 ■ファン!フィットネス 種目:ダンベルフィット 講師:小笠原 光 時間:14:00~15:00 場所:能総体 格技場 ■マシントレーニング教室 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:TR	15 ■多種目スポーツ教室 種目:ユニホック 講師:辻・長谷川 時間:10:00~11:30 場所:能総体 体育場	2 ■元気もりもり教室 種目:健康増進教室 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体 体育場	17 ■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 研修室
18	19 敬老の日	20 ■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:能総体 体育場	14 ■ファン!フィットネス 種目:ダンベルフィット 講師:小笠原 光 時間:14:00~15:00 場所:能総体 格技場 ■マシントレーニング教室 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:TR	22 秋分の日	9 ■元気もりもり教室 種目:健康増進教室 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体 研修室	24 ■幼児運動教室 種目:チャイルドプログラム 講師:川尻 美紀子 氏 時間:10:00~10:45 場所:能総体 研修室
25	5 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目:ステップエクササイズ 講師:安井加奈子先生 時間:19:30~20:30 場所:能総体 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:能総体 軽運動場	27 ■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	14 ■ファン!フィットネス 種目:ダンベルフィット 講師:小笠原 光 時間:14:00~15:00 場所:能総体 格技場 ■マシントレーニング教室 講師:小笠原 光 時間:19:30~20:45 場所:TR	29 ■多種目スポーツ教室 種目:マレットゴルフ 講師:マレットゴルフ協会 時間:10:00~11:30 場所:マレットゴルフ場	9 ■元気もりもり教室 種目:健康増進教室 講師:小笠原 光 時間:10:00~11:00 場所:能総体 研修室	