

2021年 秋季スポーツ教室開催予定表 ※10月開始・最終週など変更分

教室名	対象	日程										曜日	時間	場所
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
KIDSバトントワリング	5歳～小学2年生	10/11	10/18	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20	月	17:30～18:45	総合体育館多目的室2
バトンⅡ	小学3年生以上	10/11	10/18	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20	月	19:00～20:30	総合体育館多目的室2
親と子のウエルネスリミック	親と子(1歳～3歳)	10/12	10/19	11/2	11/9	11/16	11/23	11/30	12/7	12/14	12/21	火	10:00～10:45	総合体育館多目的室2
アーチェリー	小学3年生以上	10/12	10/19	11/9	11/16	11/23	11/30	12/7	12/14	12/21	12/28	火	18:30～20:30	総合体育館アリーナ
やさしいピラティス	16歳以上の女性	10/13	10/27	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	水	10:00～11:00	総合体育館多目的室2
バランスボールエクササイズ	16歳以上の女性	10/13	10/20	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	水	13:15～14:15	総合体育館多目的室2
キッズチアダンス	4歳～6歳	10/13	10/20	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	水	16:00～16:45	総合体育館多目的室2
ジュニアチアダンス	小学1年生～小学6年生	10/13	10/20	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	水	17:00～17:45	総合体育館多目的室2
ストレッチ&コアトレーニング	16歳以上の男性	10/13	10/20	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	水	19:00～20:00	総合体育館多目的室2
バドミントン	16歳以上	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	—	木	9:30～11:30	総合体育館アリーナ
卓球	16歳以上	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	—	木	9:30～11:30	総合体育館アリーナ
武術太極拳(初級)	16歳以上	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	—	木	19:00～20:30	総合体育館多目的室2
プア レファ(フラダンス)初心者	16歳以上	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/10	12/17	12/24	金	10:00～11:30	総合体育館多目的室1ほか
スローエアロビク	65歳以上	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/10	12/17	12/24	金	10:30～11:30	総合体育館多目的室2
ZUMBA	16歳以上	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/10	12/17	12/24	金	13:30～14:30	総合体育館多目的室2
弓道(初心者)	中学1年生以上	10/9	10/16	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/11	土	13:00～14:30	総合体育館弓道場
弓道	中学1年生以上	10/9	10/16	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/11	土	15:00～16:30	総合体育館弓道場

※弓道(初心者)9回目、10回目(12/11)について、9時～10時30分、10時30分～12時の2講座を行います。

※弓道9回目、10回目(12/11)について、13時～14時30分、14時30分～16時の2講座を行います。