

しぶかわスポーツクラブ 教室開催スケジュール（11月）

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				ルネ イックウォーキング 9:00~10:00 子持ふれあい公園	太極拳 10:00~11:00 渋川市武道館 第2	トランポリン 10:00~11:00 北橋 今井部長宅
					スポーツ吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館会議室	中学生空手道 13:00~15:00 渋川市武道館 第2
					ダンス健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	スポーツチャンバラ 15:30~16:30 渋川市武道館 第1
4	5	6	7	8	9	10
	エージレス体操 10:00~11:00 子持社会体育館サブアリーナ	小学生ピートダンス 17:30~18:30 子持社会体育館サブアリーナ	ボディメイク体操 10:30~11:30 子持社会体育館サブアリーナ	ルネ イックウォーキング 9:00~10:00 子持ふれあい公園	スポーツ吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館会議室	クラブまつり
	水中健康づくり 10:30~11:30 ユートピア赤城温水プール		貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室		ダンス健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	トランポリン 10:00~11:00 北橋 今井部長宅
	バランスボール 13:30~14:30 子持社会体育館会議室		パワーヨガ 19:00~20:00 子持社会体育館会議室			
	幼児ピートダンス体操 15:00~16:00 子持社会体育館サブアリーナ		スポレック 19:00~21:00 北橋中学校体育館			
11	12	13	14	15	16	17
フラ 10:30~11:30 子持社会体育館会議室	エージレス体操 10:00~11:00 子持社会体育館会議室		ヨガ 10:00~11:00 子持社会体育館会議室	親子教室 (幼児~小2) 『空手道』 16:30~17:30 子持社会体育館サブアリーナ	太極拳 10:00~11:00 渋川市武道館 第2	ウォーキング 9:00~11:00
	水中健康づくり 10:30~11:30 ユートピア赤城温水プール		貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室		スポーツ吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館会議室	トランポリン 10:00~11:00 北橋 今井部長宅
	バランスボール 13:30~14:30 子持社会体育館会議室		スポレック 19:00~21:00 北橋中学校体育館		ダンス健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	中学生空手道 13:00~15:00 渋川市武道館 第2
	幼児ピートダンス体操 15:00~16:00 子持社会体育館会議室					
18	19	20	21	22	23	24
市民まなびの日	エージレス体操 10:00~11:00 子持社会体育館会議室	小学生ピートダンス 17:30~18:30 子持社会体育館サブアリーナ	ボディメイク体操 10:30~11:30 子持社会体育館会議室	ルネ イックウォーキング 9:00~10:00 子持ふれあい公園	ハイキング	ウォーキング 9:00~11:00
フラ 10:30~11:30 子持社会体育館会議室	水中健康づくり 10:30~11:30 ユートピア赤城温水プール		貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室	親子教室 (幼児~小2) 『少林寺拳法』 16:30~17:30 子持社会体育館サブアリーナ		トランポリン 10:00~11:00 北橋 今井部長宅
	幼児ピートダンス体操 15:00~16:00 子持社会体育館サブアリーナ		パワーヨガ 19:00~20:00 子持社会体育館会議室			中学生空手道 13:00~15:00 渋川市武道館 第2
			スポレック 19:00~21:00 北橋中学校体育館			スポーツチャンバラ 15:30~16:30 渋川市武道館 第1
25	26	27	28	29	30	
フラ 10:30~11:30 子持社会体育館会議室	エージレス体操 10:00~11:00 子持社会体育館会議室	テニス (年長~小3) 17:30~18:30 子持社会体育館サブアリーナ	ヨガ 10:00~11:00 子持社会体育館会議室		スポーツ吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館会議室	
	水中健康づくり 10:30~11:30 ユートピア赤城温水プール		貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室		ダンス健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
	幼児ピートダンス体操 15:00~16:00 子持社会体育館サブアリーナ		スポレック 19:00~21:00 北橋中学校体育館			