

# しぶかわスポーツクラブ 教室開催スケジュール

## 2020

## ≪ 4 月 ≫

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
	太極拳 10:00~11:00 子持社会体育館会議室	少林寺拳法(護身術) 10:30~11:30 渋川市武道館 会議室	ヨガ 10:00~11:00 子持社会体育館会議室	ノルディックウォーキング ① 9:00~10:00 ② 10:00~11:00 子持ふれあい公園	軽スポーツ 10:00~12:00 渋川市民体育館	中学生空手道 13:00~15:00 渋川市武道館 第2
	フレッシュダンス 16:30~17:30 子持社会体育館サブアリーナ		貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室		けいらくピクス 10:00~11:00 渋川市武道館 第1	スポーツチャンバラ 13:30~14:30 渋川市武道館 第1
	ボールdeコアトレ 17:45~18:45 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	親子教室『空手道』 16:30~17:30 子持社会体育館サブアリーナ	chiボールdeボディケア 11:15~12:15 渋川市武道館 第1	
	パワーエクササイズ 19:00~20:00 子持社会体育館アリーナ			バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
12	13	14	15	16	17	18
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館アリーナ	少林寺拳法(護身術) 10:30~11:30 渋川市武道館 会議室	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室	ノルディックウォーキング ① 9:00~10:00 ② 10:00~11:00 子持ふれあい公園	軽スポーツ 10:00~12:00 渋川市民体育館	
			リラックスヨーガ 19:00~20:00 子持社会体育館会議室		ステップエアロ 11:00~12:00 渋川市武道館 会議室	
			スポレック 19:00~21:00 北橋中学校体育館	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
19	20	21	22	23	24	25
	太極拳 10:00~11:00 子持社会体育館会議室	少林寺拳法(護身術) 10:30~11:30 渋川市武道館 会議室	ヨガ 10:00~11:00 子持社会体育館サブアリーナ	ノルディックウォーキング ① 9:00~10:00 ② 10:00~11:00 中村緑地公園	軽スポーツ 10:00~12:00 渋川市民体育館	
	フレッシュダンス 16:30~17:30 子持社会体育館サブアリーナ	テニス 17:30~18:30 子持社会体育館サブアリーナ	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室		けいらくピクス 10:00~11:00 渋川市武道館 第1	
	ボールdeコアトレ 17:45~18:45 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	親子教室『少林寺拳法』 16:30~17:30 子持社会体育館サブアリーナ	chiボールdeボディケア 11:15~12:15 渋川市武道館 第1	
	パワーエクササイズ 19:00~20:00 子持社会体育館アリーナ			バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
26	27	28	29	30		
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館アリーナ			バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ		