

しぶかわスポーツクラブ 教室開催スケジュール

2020

◀ 7月 ▶

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			リラックスヨガ 19:00~20:00 子持社会体育館会議室	ノルディックウォーキング ① 8:30~9:30 ② 9:30~10:30 子持ふれあい公園	スポーツウエルネス吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館サブアリーナ けいらくピクス 10:00~11:00 浪川市武道館 第1	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合公園多目的広場 中学生空手道 13:00~15:00 浪川市武道館 第2
				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 浪川市武道館 第1	スポーツチャンバラ 17:00~18:00 浪川市武道館 第1
				バドミントン(小3・4年) 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	
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 浪川市武道館 第2	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 8:30~9:30 ② 9:30~10:30 子持ふれあい公園	スポーツウエルネス吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館サブアリーナ 軽スポーツ 10:00~12:00 浪川市民体育館	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合公園多目的広場 中学生空手道 13:00~15:00 浪川市武道館 第2
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	運動あそび 15:00~16:00 浪川市武道館 第2	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室	フレッシュダンス 16:30~17:30 浪川市武道館 第2	ステップエアロ 11:00~12:00 浪川市武道館 会議室	
				ボールdeコアトレ 17:45~18:45 浪川市武道館 第2	ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
				パワーエクササイズ 19:00~20:00 浪川市武道館 会議室		
				バドミントン (小5・6年/中学生) 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ		
12	13	14	15	16	17	18
	バランスボール 13:30~14:30 子持社会体育館会議室	少林寺拳法(護身術) 10:30~11:30 浪川市武道館 第2	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室	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	スポーツウエルネス吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館サブアリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合公園多目的広場 中学生空手道 13:00~15:00 浪川市武道館 第2
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ		リラックスヨガ 19:00~20:00 子持社会体育館会議室	バドミントン(小3・4年) 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	軽スポーツ 10:00~12:00 浪川市民体育館	
					けいらくピクス 10:00~11:00 浪川市武道館 第1	スポーツチャンバラ 17:00~18:00 浪川市武道館 第1
					chiボールdeボディケア 11:15~12:15 浪川市武道館 第1	
					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 浪川市武道館 第2	ヨガ 10:00~11:00 子持社会体育館サブアリーナ			キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合公園多目的広場 中学生空手道 13:00~15:00 浪川市武道館 第2
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	運動あそび 15:00~16:00 浪川市武道館 第2	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室			
26	27	28	29	30	31	
	バランスボール 13:30~14:30 子持社会体育館会議室	少林寺拳法(護身術) 10:30~11:30 浪川市武道館 第2	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 8:30~9:30 ② 9:30~10:30 子持ふれあい公園	スポーツウエルネス吹矢 10:00~12:00 子持社会体育館サブアリーナ 軽スポーツ 10:00~12:00 浪川市民体育館	
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ			フレッシュダンス 16:30~17:30 浪川市武道館 第2	ステップエアロ 11:00~12:00 浪川市武道館 会議室	
				ボールdeコアトレ 17:45~18:45 浪川市武道館 第2	ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
				パワーエクササイズ 19:00~20:00 浪川市武道館 会議室		
				バドミントン (小5・6年/中学生) 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ		