

しぶかわスポーツクラブ 教室開催スケジュール

2020

≪ 8月 ≫

日	月	火	水	木	金	土
						1 キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合多目的広場
						中学生空手道 13:00~15:00 浪川市武道館 第2
						トランポリン ①15:50~16:50 ②17:00~18:00 赤城総合体育館
						スポーツチャンバラ 17:00~18:00 浪川市武道館 第1
2	3	4	5	6	7	8
	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 1階会議室	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 8:30~9:30 ② 9:30~10:30 子持ふれあい公園	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	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合多目的広場 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 16:00~17:00 浪川市武道館 第2	リラックスヨガ 19:00~20:00 子持社会体育館会議室	親子教室「空手道」 16:30~17:30 浪川市武道館 第1	chiボールドeボディケア 11:15~12:15 浪川市武道館 第1	トランポリン ①15:50~16:50 ②17:00~18:00 赤城総合体育館
			スポレック 19:00~20:00 北橋中学校体育館	フレッシュダンス 16:30~17:30 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	
				ボールドeコアトレ 17:45~18:45 浪川市武道館 第2		
				パワーエクササイズ 19:00~20:00 浪川市武道館 第2		
9	10	11	12	13	14	15
		少林寺拳法(護身術) 10:30~11:30 浪川市武道館 1階会議室	ヨガ 10:00~11:00 子持社会体育館会議室			
		運動あそび 16:00~17:00 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			
			スポレック 19:00~20:00 北橋中学校体育館			
16	17	18	19	20	21	22
	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 1階会議室	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 8:30~9:30 ② 9:30~10:30 子持ふれあい公園	けいらくピクス 10:00~11:00 浪川市武道館 第1 chiボールドeボディケア 11:15~12:15 浪川市武道館 第1	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合多目的広場 中学生空手道 13:00~15:00 浪川市武道館 第2
	バランスボール 13:30~14:30 子持社会体育館会議室	運動あそび 16:00~17:00 浪川市武道館 第2	リラックスヨガ 19:00~20:00 子持社会体育館会議室	親子教室「運動あそび」 16:30~17:30 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	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 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ		スポレック 19:00~20:00 北橋中学校体育館	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		
23	24	25	26	27	28	29
	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 1階会議室	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 8:30~9:30 ② 9:30~10:30 子持ふれあい公園	軽スポーツ 10:00~12:00 浪川市民体育館 ステップエアロ 11:00~12:00 子持社会体育館サブアリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合多目的広場 中学生空手道 13:00~15:00 浪川市武道館 第2
	バランスボール 13:30~14:30 子持社会体育館会議室	運動あそび 16:00~17:00 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		ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館サブアリーナ	
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ		スポレック 19:00~20:00 北橋中学校体育館	フレッシュダンス 16:30~17:30 浪川市武道館 第2		
				ボールドeコアトレ 17:45~18:45 浪川市武道館 第2		
				パワーエクササイズ 19:00~20:00 浪川市武道館 第2		
				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		
30	31					
	バランスボール 13:30~14:30 子持社会体育館会議室					
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ					