

しぶかわスポーツクラブ 教室開催スケジュール

2021

≪ 3月 ≫

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	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 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 9:00~10:00 ② 10:00~11:00 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	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合多目的広場
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	親子運動あそび 16:00~17:00 渋川市武道館 第2	リラックスヨーガ 19:00~20:00 クラブハウス 2 階		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
			スポレック 19:00~20:00 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	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
			バドミントン 19:00~21:00 伊香保体育館	バドミントン（小3~中学生） 19:00~21:00 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	
					ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
7	8	9	10	11	12	13
	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 渋川市武道館 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 9:00~10:00 ② 10:00~11:00 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	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合多目的広場
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	親子運動あそび 16:00~17:00 渋川市武道館 第2	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室		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
			スポレック 19:00~20:00 北橋中学校体育館	親子教室『サッカー』 15:00~16:00 中村緑地公園	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deコアトレ 14:30~15:30 クラブハウス 2 階
			バドミントン 19:00~21:00 伊香保体育館	バドミントン（小3~中学生） 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ		パワーエクササイズ 15:45~16:45 クラブハウス 2 階
						フレッシュダンス 17:00~18:00 渋川市武道館 第2
14	15	16	17	18	19	20
	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 第2	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室	親子教室『空手道』 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	
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	親子運動あそび 16:00~17:00 渋川市武道館 第2	リラックスヨーガ 19:00~20:00 クラブハウス 2 階	バドミントン（小3~中学生） 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 渋川市民体育館	
			スポレック 19:00~20:00 北橋中学校体育館		けいらくピクス 10:00~11:00 渋川市武道館 第1	
			バドミントン 19:00~21:00 伊香保体育館		chiボールdeボディケア 11:15~12:15 渋川市武道館 第1	
					ダンベル健康体操 13:30~15:30 子持社会体育館会議室	
21	22	23	24	25	26	27
	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 渋川市武道館 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 9:00~10:00 ② 10:00~11:00 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	キッズサッカー 9:00~10:00 赤城総合多目的広場
	バドミントン 19:00~21:00 子持社会体育館サブアリーナ	親子運動あそび 16:00~17:00 渋川市武道館 第2	貯筋運動 15:30~16:30 子持社会体育館会議室		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
			スポレック 19:00~20:00 北橋中学校体育館	親子教室『サッカー』 15:00~16:00 中村緑地公園	ステップエアロ 11:00~12:00 クラブハウス 2 階	スポーツチャンバラ 13:30~14:30 渋川市武道館 第1
			バドミントン 19:00~21:00 伊香保体育館	バドミントン（小3~中学生） 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	ボールdeコアトレ 14:30~15:30 クラブハウス 2 階
						パワーエクササイズ 15:45~16:45 クラブハウス 2 階
						フレッシュダンス 17:00~18:00 渋川市武道館 第2
28	29	30	31			