

《 2024年 4月 しぶかわスポーツクラブ教室カレンダー 》

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
			健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟 2階	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7F アリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 木暮組ｽﾎﾟｰｸﾞｰｸ赤城多目的広場
				ちびっこ (トランポリン) 10:30~11:30 中村緑地公園管理棟 2階	けいらくピクス 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第1武道場	スポーツチャンバラ 15:00~16:00 宮田商会武道館渋川第1武道場
				コンテンポラリーダンス 13:30~14:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	青竹&ウォーク 11:10~12:10 宮田商会武道館渋川第1武道場	
				親子空手道 16:30~17:30 子持社会体育館7F アリーナ	軽スポーツ 10:00~11:00 市民体育館	
				バドミントン (小) 19:00~21:00 子持社会体育館7F アリーナ	スポレック 11:00~12:00 市民体育館	
				さいかつボール 19:30~21:30 子持社会体育館7F アリーナ	ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟 2階	
14	15	16	17	18	19	20
	太極拳 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第2武道場	護身術 10:30~11:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟 2階	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7F アリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 木暮組ｽﾎﾟｰｸﾞｰｸ赤城多目的広場
	ZUMBA (ズンバ) 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	ボディメンテナンソガ 13:00~14:00 宮田商会武道館渋川第1武道場		ちびっこ (ボール) 10:30~11:30 中村緑地公園管理棟 2階	軽スポーツ 10:00~11:00 市民体育館	
	バドミントン (大) 19:00~21:00 子持社会体育館7F アリーナ	親子運動あそび 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場		ステップエアロ 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	スポレック 11:00~12:00 市民体育館	
				バドミントン (小) 19:00~21:00 子持社会体育館7F アリーナ	ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟 2階	
21	22	23	24	25	26	27
	太極拳 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第2武道場	護身術 10:30~11:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟 2階	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7F アリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 木暮組ｽﾎﾟｰｸﾞｰｸ赤城多目的広場
	ZUMBA (ズンバ) 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	ボディメンテナンソガ 13:00~14:00 宮田商会武道館渋川第1武道場		ちびっこ (トランポリン) 10:30~11:30 中村緑地公園管理棟 2階	chiボールdeボディケア 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第1武道場	小・中学生空手道 14:00~16:00 宮田商会武道館渋川第2武道場
	バドミントン (大) 19:00~21:00 子持社会体育館7F アリーナ	親子運動あそび 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場		コンテンポラリーダンス 13:30~14:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	パワーエクササイズ 11:10~12:10 宮田商会武道館渋川第1武道場	スポーツチャンバラ 15:00~16:00 宮田商会武道館渋川第1武道場
				バドミントン (小) 19:00~21:00 子持社会体育館7F アリーナ	軽スポーツ 10:00~11:00 市民体育館	
				さいかつボール 19:30~21:30 子持社会体育館7F アリーナ	スポレック 11:00~12:00 市民体育館	
					ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟 2階	
28	29	30				
		護身術 10:30~11:30 宮田商会武道館渋川第2武道場				
		ボディメンテナンソガ 13:00~14:00 宮田商会武道館渋川第1武道場				
		親子運動あそび 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場				