

《 2024年 しぶかわスポーツクラブ教室カレンダー 5月15日～6月14日 》

(日)	5/15 (水)	5/16 (木)	5/17 (金)	5/18 (土)		
	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 木暮組球「フ」赤城多目的広場		
		ちびっこ 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	小・中学生空手道 13:00～15:00 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② 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			
(日)	5/20 (月)	5/21 (火)	5/22 (水)	5/23 (木)	5/24 (金)	5/25 (土)
	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 中村緑地公園管理棟 2階	キッズサッカー 9:00～10:00 木暮組球「フ」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	ボディメンテナンスヨガ 13:00～14:00 宮田商会武道館渋川第1武道場		ちびっこ 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	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① 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	
				バドミントン② 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	
(日)	5/27 (月)	5/28 (火)	5/29 (水)	5/30 (木)	5/31 (金)	6/1 (土)
	ZUMBA (ズンバ) 15:30～16:30 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	軽スポーツ 10:00～11:00 市民体育館	キッズサッカー 9:00～10:00 木暮組球「フ」赤城多目的広場
	バドミントン① 19:00～21:00 子持社会体育館7F アリーナ	ボディメンテナンスヨガ 13:00～14:00 宮田商会武道館渋川第1武道場		ちびっこ 10:30～11:30 中村緑地公園管理棟 2階	スポレック 11:00～12:00 市民体育館	
		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		バドミントン② 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	
(日)	6/3 (月)	6/4 (火)	6/5 (水)	6/6 (木)	6/7 (金)	6/8 (土)
	ZUMBA (ズンバ) 15:30～16:30 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 宮田商会武道館渋川1階会議室	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7F アリーナ	キッズサッカー 9:00～10:00 木暮組球「フ」赤城多目的広場
	バドミントン① 19:00～21:00 子持社会体育館7F アリーナ	ボディメンテナンスヨガ 15:00～16:00 宮田商会武道館渋川第1武道場		ちびっこ 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	小・中学生空手道 13:00～15:00 宮田商会武道館渋川第2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		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	スポレック 11:00～12:00 市民体育館	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
				親子空手道 16:30～17:30 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	
				バドミントン② 19:00～21:00 子持社会体育館7F アリーナ		
(日)	6/10 (月)	6/11 (火)	6/12 (水)	6/13 (木)	6/14 (金)	
	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 宮田商会武道館渋川1階会議室	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7F アリーナ	
	ZUMBA (ズンバ) 15:30～16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	ボディメンテナンスヨガ 15:00～16:00 宮田商会武道館渋川第1武道場		ちびっこ 13:00～14:00 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	
	バドミントン① 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	青竹&ウォーク 11:10～12:10 宮田商会武道館渋川第1武道場	
				バドミントン② 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	