

《 2025年 9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
	ZUMBA 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	親子空手道 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	ディスクゴルフ 10:30~11:30 中村緑地公園	ノルディックウォーキング ①8:30~9:30 / ②9:30~10:30 子持ふれあい公園	昭和歌謡ダンス 10:00~11:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 木暮組 赤城多目的広場
	ZUMBA kids 16:40~17:40 宮田商会武道館渋川第2武道場	癒やしの陰ヨガ 18:00~19:00 中村緑地公園管理棟2階	健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟2階	ミニランボリン 9:30~10:30 中村緑地公園管理棟2階	美尻美ボディ 11:10~12:10 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	
	バドミントン ① 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ			ちびっこ 10:30~11:30 中村緑地公園管理棟2階	ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟2階	
				スタイルメイキング 13:30~14:30 宮田商会武道館渋川第2武道場		
				バドミントン ③ 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ		
7	8	9	10	11	12	13
	太極拳 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第2武道場	動いて整う陽ヨガ 13:30~14:30 宮田商会武道館渋川第1武道場	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	ノルディックウォーキング ①8:30~9:30 / ②9:30~10:30 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	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
	ZUMBA 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	親子ディスクゴルフ 16:30~17:30 中村緑地公園	青竹&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	ちびっこ 13:00~14:00 中村緑地公園管理棟2階	軽スポーツ 10:00~11:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	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 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ		健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟2階	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 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	阿波踊り 19:00~20:00 JESCOアリーナ渋川会議室
			フラ 17:30~18:30 中村緑地公園管理棟2階	バドミントン ② 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サバ 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	
				さいかつボール 19:30~21:30 JESCOアリーナ渋川アリーナ		
14	15	16	17	18	19	20
		親子空手道 16:30~17:30 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 ①8:30~9:30 / ②9:30~10:30 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 赤城多目的広場
		癒やしの陰ヨガ 18:00~19:00 中村緑地公園管理棟2階		ミニランボリン 9:30~10:30 中村緑地公園管理棟2階	軽スポーツ 10:00~11:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	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
				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 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	
				スタイルメイキング 13:30~14:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	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 ③ 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ		
21	22	23	24	25	26	27
	バランスボール 13:30~14:30 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	ノルディックウォーキング ①8:30~9:30 / ②9:30~10:30 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 赤城多目的広場
	ZUMBA 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場		chiボールdeボディケア 11:10~12:10 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	軽スポーツ 10:00~11:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	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
	キッズダンス 17:00~18:00 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	産後ママとマタニティヨガ 13:00~14:00 中村緑地公園管理棟2階	スポレック 11:00~12:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ	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 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ		フラ 17:30~18:30 中村緑地公園管理棟2階	ボディメイクヨガ 14:15~15:15 宮田商会武道館渋川第1武道場	ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟2階	阿波踊り 19:00~20:00 JESCOアリーナ渋川会議室
				バドミントン ② 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ		
				さいかつボール 19:30~21:30 JESCOアリーナ渋川アリーナ		
28	29	30				
	太極拳 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第2武道場	動いて整う陽ヨガ 13:30~14:30 宮田商会武道館渋川第1武道場				
	ZUMBA 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	親子ディスクゴルフ 16:30~17:30 中村緑地公園				
	バドミントン ① 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サバ アリーナ					