

《 2026年 2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 |
| | バランスボール 13:30～14:30 中村緑地公園管理棟2階 | 動いて整う陽ヨガ 13:30～14:30 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 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 ①9:00～10:00 / ②10:00～11:00 雨の場合中止 子持ふれあい公園 | 昭和歌謡ダンス 10:00～11:00 中止 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | キッズサッカー 9:00～10:00 木暮組ｽﾀｰﾌﾞｰｸ赤城多目的広場 |
| | ZUMBA 15:30～16:30 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 親子空手道 16:30～17:30 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 健康貯筋運動 15:30～16:30 中村緑地公園管理棟2階 | ミニトランポリン 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 中止 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 阿波踊り 中止 19:00～20:00 JESCOアリーナ渋川会議室 |
| | ZUMBA kids 16:40～17:40 JESCOアリーナ渋川会議室 | | | 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 | |
| | バドミントン ① 19:00～21:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | | | スタイルメイキング 13:30～14:30 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 | |
| | | | | バドミントン ② 中止 19:00～21:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 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 中止 19:30～21:30 JESCOアリーナ渋川アリーナ | | |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | 太極拳 10:00～11:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 癒やしの陰ヨガ 18:00～19:00 中村緑地公園管理棟2階 | | ノルディックウォーキング ①9:00～10:00 / ②10:00～11:00 子持ふれあい公園 | スポーツウエルネス吹矢 10:00～12:00 中村緑地公園管理棟2階 | スポーツチャンバラ 15:00～16:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ |
| | バランスボール 13:30～14:30 中村緑地公園管理棟2階 | | | 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 | |
| | ZUMBA 15:30～16:30 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | | | スタイルメイキング 13:30～14:30 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 | |
| | バドミントン ① 19:00～21:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | | | バドミントン ③ 19:00～21:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 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 | | |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | 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 ①9:00～10:00 / ②10:00～11:00 子持ふれあい公園 | スポーツウエルネス吹矢 10:00～12:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | 阿波踊り 19:00～20:00 JESCOアリーナ渋川会議室 |
| | 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 | 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 | ミニトランポリン 9:30～10:30 中村緑地公園管理棟2階 | 軽スポーツ 10:00～11:00 市民体育館 | |
| | 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 | 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 | |
| | バドミントン ① 19:00～21:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | | | 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 | 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 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| | | 親子ディスクゴルフ 16:30～17:30 宮田商会武道館渋川第2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 ①9:00～10:00 / ②10:00～11:00 子持ふれあい公園 | スポーツウエルネス吹矢 10:00～12:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | キッズサッカー 9:00～10:00 木暮組ｽﾀｰﾌﾞｰｸ赤城多目的広場 |
| | | 癒やしの陰ヨガ 18:00～19:00 中村緑地公園管理棟2階 | 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 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 |
| | | | 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 | ダンベル健康体操 13:00～15:00 中村緑地公園管理棟2階 | |
| | | | フラ 17:30～18:30 中村緑地公園管理棟2階 | バドミントン ③ 19:00～21:00 JESCOアリーナ渋川サグアリーナ | | |

13日 開催教室追加!

昭和歌謡ダンス
10:00～11:00
JESCOアリーナ渋川サグアリーナ

美尻美ボディ
11:10～12:10
JESCOアリーナ渋川サグアリーナ