

スポろ〜れ燕R6年度 第4期教室カレンダー

| No | 事業名 | 曜日 | 時間 | 会場 | 1月 | 2月 | 3月 |
|----|-----------------------------|----|-------------|----------|----------|------------|---------------|
| 1 | 健やかヨーガ教室 | 月 | 10:00~11:30 | 柔道場 | 6.20.27 | 10.17 | 3.10.17.24.31 |
| 2 | 燕ジョイスポーツタイム | 火 | 10:00~11:15 | 中アリーナ | 7.14.28 | 4.18.25 | 4.11.18.25 |
| 3 | グラウンドゴルフ教室 | 水 | 9:30~11:30 | スポーツランド燕 | 8.15.29 | 5.19.26 | 5.12.19.26 |
| 4 | テニス教室 (レベルUP) | 水 | 10:00~12:00 | アリーナ | 8.15.29 | 5.19.26 | 5.12.19.26 |
| 5 | コンディショニング教室 | 水 | 10:00~11:30 | 柔道場 | 8.15.29 | 12.19.26 | 5.12.19.26 |
| 6 | 健康づくりスポレック | 水 | 13:30~15:00 | アリーナ | 8.15.29 | 5.19.26 | 5.12.19.26 |
| 7 | はじめてフィットネス | 水 | 14:00~15:00 | 剣道場 | 8.15.29 | 5.19.26 | 5.12.19.26 |
| 8 | 骨ナビ (ボーンジョイント) チェアリズム体操 | 水 | 15:30~16:30 | 柔道場 | 8.15.29 | 5.19.26 | 5.12.19.26 |
| 9 | 燕放課後すぽ〜つたいむ | 水 | 17:00~17:45 | 柔道場 | 8.15.29 | 5.19.26 | 5.12.19.26 |
| 10 | テニス教室 | 木 | 9:15~11:15 | アリーナ | 9.16.30 | 6.13.20.27 | 6.13.27 |
| 11 | スマイルエアロビ教室 | 木 | 10:00~11:00 | 剣道場 | 9.16.30 | 6.13.20.27 | 6.13.27 |
| 12 | はじめてヨーガ | 木 | 18:50~19:50 | 柔道場 | 9.16.30 | 6.13.20.27 | 6.13.27 |
| 13 | エンジョイスポレック教室 | 金 | 10:00~11:30 | アリーナ | 10.17.31 | 7.21.28 | 7.14.21.28 |
| 14 | 美呼吸姿勢教室 (ブリービクス) | 金 | 10:30~11:30 | 柔道場 | 10.17.31 | 7.21.28 | 7.14.21.28 |
| 15 | バランスストレッチ教室 | 金 | 14:30~15:30 | 柔道場 | 10.17.31 | 7.21.28 | 7.14.21.28 |
| 16 | わんぱくスポーツ教室 | 金 | 19:00~20:00 | 中アリーナ | 10.17.31 | 7.21.28 | 7.14.21.28 |
| 17 | バウンドテニス教室 (はじめてのバウンドテニス) | 金 | 20:00~21:30 | 中アリーナ | 10.17.31 | 7.21.28 | 7.14.21.28 |
| 18 | 親子 de RunRunスポーツ | 土 | 14:00~15:30 | 柔道場 | 18 | 1.8.15.22 | 1.8.15.22.29 |