

スפור~れ燕R7年度 第1期教室カレンダー

※赤文字は体験教室の期間です

No	事業名	曜日	時間	会場	4月	5月	6月	7月
1	健やかヨガ教室	月	10:00~11:30	柔道場	7.14.21	12.19.26	2.9.16.23	
2	燕ジョイスポーツタイム	火	10:00~11:15	中アリーナ	1.8.15.22	13.20.27	3.10.24	
3	グラウンドゴルフ教室	水	9:30~11:30	燕市交通公園 (雨天時:スポーツランド燕)	9.16.23	7.14.21.28	4.11.18	
4	テニス教室 (レベルUP)	水	10:00~12:00	アリーナ	9.16.23	7.14.21.28	4.11.18	
5	コンディショニング教室	水	10:00~11:30	柔道場	9.16.23	7.14.21.28	4.11.18	
6	健康づくりスポレック	水	13:30~15:00	アリーナ	9.16.23	7.14.21.28	4.11.18	
7	はじめてフィットネス	水	14:00~15:00	剣道場	9.16.23	7.14.21.28	11.18.25	
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	9.16.23	7.14.21.28	4.11.18	
9	燕放課後すぽーつたいむ	水	17:00~17:45	柔道場	9.16.23	7.14.21.28	4.11.18	
10	テニス教室	木	9:30~11:30	アリーナ	3.17.24	8.15.29	5.12.19.26	
11	スマイルエアロビ教室	木	10:00~11:00	剣道場	10.17.24	8.15.29	5.12.19.26	
12	はじめてヨガ	木	18:50~19:50	柔道場	10.17.24	8.15.29	5.12.19.26	
13	市民テニス教室	木	19:30~21:30	アリーナ		8.15.22.29	5.12.19.26	3.10
14	エンジョイスポレック教室	金	10:00~11:30	アリーナ	4.11.18.25	16.23.30	6.13.27	
15	美呼吸姿勢教室 (プリービクス)	金	10:30~11:30	柔道場	4.11.18.25	9.16.23	6.13.27	
16	バランスストレッチ教室	金	14:30~15:30	柔道場	4.11.18.25	9.16.23	6.13.27	
17	わんぱくスポーツ教室	金	19:00~20:00	中アリーナ	4.11.18.25	2.9.16.30	13.27	
18	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	4.11.18.25	9.16.23.30	13.27	
19	親子 de RunRunスポーツ	土	14:00~15:00	柔道場	5.19.26	3.10.17.31	14.28	5