

2021年度 後期スポーツ教室 開講日一覧表

2021年11月15日

教室名	時間	場所	回数										
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
※1 午前 初級テニス	火曜コース	10:00 ~ 12:00	テニス コート	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/8	3/15	
	水曜コース			1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16	
	木曜コース			1/13	1/20 (雨天時中止)	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
レクリエーション バレーボール	月曜日	10:00 ~ 12:00	補助 体育館	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
※1 午前バドミントン	水曜日			1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16	
午前フラダンス	月曜日	10:00 ~ 11:30	会議室	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
午前ZUMBA®	月曜日		メイン 体育館	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
筋トレ& リラクゼーション ストレッチ	火曜日		補助 体育館	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/8	3/15	
※2 えひめ愛ヨーガ	火曜日		会議室	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/8	3/15	
ピラティス	水曜日	1/12		1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16		
はじめての太極拳	木曜日	1/13		1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17		
※1 午後 初級テニス	火曜コース	13:00 ~ 15:00	テニス コート	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/8	3/15	
	木曜コース			1/13	1/20 (雨天時中止)	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/10	3/17	
午後卓球	月曜日	13:30 ~ 15:30	メイン 体育館	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
ラケットテニス	水曜日			1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16	
リズム体操& ストレッチ	月曜日	14:00 ~ 15:30	会議室	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
午後フラダンス	木曜日	13:30 ~ 15:00		1/13	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/10	3/17		
※1 夜間 初級テニス	月曜コース	19:00 ~ 21:00	テニス コート	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
	水曜コース			1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16	
※1 夜間 バドミントン	月曜日	19:00 ~ 21:00	補助 体育館	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
夜間卓球	水曜日		補助 体育館	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16	
夜間シェイプアップ エアロビクス	月曜日	19:00 ~ 20:30	会議室	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
夜間ZUMBA®	金曜日		メイン 体育館	1/14	1/28	2/4	2/18	2/25	3/11	3/18			
夜間リフレッシュヨガ	金曜日		会議室	1/14	1/28	2/4	2/18	2/25	3/11	3/18			

※1 ラケットをご持参ください。

※2 内容は、都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

※3 テニス教室は、雨天時に体育館で実施します。室内シューズをお持ちください。(ただし1月20日のみ雨天時中止)

※4 夜間バドミントン、夜間卓球のみ、保護者同伴・参加を原則として、小学4年生からご参加いただけます。