

# 2021年度 前期スポーツ教室 開講日一覧表

2021年3月30日

教室名		時間	場所	回数											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
※1	初級テニス	火曜コース	テニスコート	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13
	水曜コース	4/14		4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14	
	木曜コース	4/15		4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	6/24	7/1	7/8	7/15		
※1	レクリエーション バレーボール	月曜日	補助 体育館	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/28	7/5	
	バドミントン	水曜日		4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14
※2	フラダンス	月曜日	会議室	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	
	ZUMBA®	月曜日	メイン 体育館	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	
	筋トレ& リラクゼーション ストレッチ	火曜日	補助 体育館	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	6/1	6/15	6/29	7/6	7/13	7/20	
	えひめ愛ヨガ	火曜日	会議室	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13
	ピラティス	水曜日		4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14
	はじめての太極拳	木曜日		4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	6/24	7/1	7/8	7/15	
	初級 午後テニス	火曜コース		13:00 ~ 15:00	テニス コート	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	6/29
※1	午後卓球	月曜日	メイン 体育館	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	
	ラケットテニス	水曜日		4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14
※1	リズム体操& ストレッチ	月曜日	会議室	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	
	午後フラダンス	木曜日		4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/17	6/24	7/1	7/8	7/15	
※1	初級 夜間テニス	月曜コース	テニス コート	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/28	7/12	
	水曜コース	4/14		4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14	
※1	夜間 バドミントン	月曜日	補助 体育館	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/12	
	夜間卓球	水曜日	補助 体育館	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	
※1	夜間シェイプアップ エアロビクス	月曜日	会議室	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/12
	夜間ZUMBA®	金曜日	メイン 体育館	4/16	4/23	4/30	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9
	夜間リフレッシュヨガ	金曜日	会議室	4/16	4/23	4/30	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9

※1 ラケットをご持参ください。

※2 えひめ愛ヨガ…1,650円の教材費が別途必要です。

※3 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。

※4 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。

※5 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。