

令和4年度 前期スポーツ教室 開講日一覧表

2022年3月15日

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

※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、 で塗りつぶしのある日は、雨天時中止とします。

※4 バドミントン(夜間コース)、卓球(夜間コース)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。