

2021年度 中期スポーツ教室 開講日一覧表

2021年9月3日

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

※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。

※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。