

【木曜日】

令和5年度 掛スポプログラム日程表

<7~9月>

...変更箇所

2023/6/8 現在

午前	教室名	時間	2023年7月				2023年8月				2023年9月			
	壮健美塾	10:00~11:00	6 (ア)	13 (ア)	20 (ア)		10 (ア)	24 (ア)	31 (ア)		7 (ア)	14 (ア)	21 (ア)	
トランポピクス	10:00~11:30	6	13	20		3	10	24	31	7	14	21		
とくとく長寿体操 (シオーネ)	10:00~11:30	6	13	20	27	3	17	24		7	14	21		

※ (研):さんりーな研修室 (ア):さんりーなアリーナA

午後	教室名	時間	2023年7月				2023年8月				2023年9月			
	フーバサークル(木)	13:15~15:15	6	13	20	27	10	17	31		14	28		
レディース体操	13:30~15:00	13	20	27		10	17	24	31	14	21	28		
レディースゴルフ 入門初級(木)	15:00~16:30	6	13	20		3	10	17		7	14	21		

夕方	教室名	時間	2023年7月				2023年8月				2023年9月			
	器械体操キッズ(木)	15:30~16:30	6	13	20		24	31			7	14	21	28
	器械体操ジュニア(木) 1・2年	16:30~17:30	6	13	20		24	31			7	14	21	28
	器械体操ジュニア(木) 3~6年	17:30~18:30	6	13	20		24	31			7	14	21	28
	体育キッズ(木)年少	15:30~16:20	6	13	20		24	31			7	14	21	28
	体育キッズ(木) 年中・年長	16:20~17:20	6	13	20		24	31			7	14	21	28
	体育ジュニア(木)	17:20~18:20	6	13	20		24	31			7	14	21	28
	キッズ トランポリン(木)	15:30~16:20	6	13	20		10	17	31		7	14	21	28
	ジュニア トランポリン(木)A	16:25~17:25	6	13	20		10	17	31		7	14	21	28
	ジュニア トランポリン(木)B	17:30~18:30	6	13	20		10	17	31		7	14	21	28
	ジュニアダンス1 (HIP HOP)	16:40~17:40	6	13	20		3	24	31		7	14	28	
ジュニアダンス2 (HIP HOP)	17:40~18:40	6	13	20		3	24	31		7	14	28		

夜間	教室名	時間	2023年7月				2023年8月				2023年9月			
	大人と子どもの 硬式卓球教室	19:30~21:00	6	13	20		10	17	24		7	14	21	
	銃剣道	19:00~21:00	6	13	20		17	24	31		7	14	21	28
	合気道ジュニア	18:30~19:30	6	13	20		3	17	24	31	7	14	21	
	合気道	19:45~21:15	6	13	20		3	17	24	31	7	14	21	
	楽しくHIP HOP	19:00~20:00	6	13	20		3	10	17		7	14	21	
弓道	19:30~21:00	13	20	27		3	17	24		7	14	21	28	

【木曜日】

令和5年度 掛スポプログラム日程表

<4~6月>

...変更箇所

2023/5/28 現在

午前	教室名	時間	2023年4月				2023年5月				2023年6月			
	壮健美塾	10:00~11:00	13 20 27	(ア)	(ア)	(ア)	11 18 25	(ア)	(ア)	(ア)	8 15 22	(研)	(研)	(研)
トランポピクス	10:00~11:30	13 20 27	種目: ZUMBA GOLD®				種目: ZUMBA GOLD®				種目: ヨガ			
とくとく長寿体操 (シオーネ)	10:00~11:30	6 13 20 27	11 18 25	11 18 25	8 15 22	1 8 15 22	8 15 22							

※ (研):さんりーな研修室 (ア):さんりーなアリーナA

午後	教室名	時間	2023年4月				2023年5月				2023年6月			
	フーバサークル(木)	13:15~15:15	6 20 27	11 18 25	1 15 29									
レディース体操	13:30~15:00	13 20 27	11 18 25	8 15 22 29										
レディースゴルフ 入門初級(木)	15:00~16:30	6 13 20	11 18 25	8 15 22										

夕方	教室名	時間	2023年4月				2023年5月				2023年6月			
	器械体操キッズ(木)	15:30~16:30	13 20 27	11 18 25	1 8 15 22 29									
	器械体操ジュニア(木) 1・2年	16:30~17:30	13 20 27	11 18 25	1 8 15 22 29									
	器械体操ジュニア(木) 3~6年	17:30~18:30	13 20 27	11 18 25	1 8 15 22 29									
	体育キッズ(木)年少	15:30~16:20	13 20 27	11 18 25	1 8 15 22 29									
	体育キッズ(木) 年中・年長	16:20~17:20	13 20 27	11 18 25	1 8 15 22 29									
	体育ジュニア(木)	17:20~18:20	13 20 27	11 18 25	1 8 15 22 29									
	キッズ トランポリン(木)	15:30~16:20	13 20 27	11 18 25	8 15 22 29									
	ジュニア トランポリン(木)A	16:25~17:25	13 20 27	11 18 25	8 15 22 29									
	ジュニア トランポリン(木)B	17:30~18:30	13 20 27	11 18 25	8 15 22 29									
	ジュニアダンス1 (HIP HOP)	16:40~17:40	6 13 20	11 18 25	8 15 22									
ジュニアダンス2 (HIP HOP)	17:40~18:40	6 13 20	11 18 25	8 15 22										

夜間	教室名	時間	2023年4月				2023年5月				2023年6月			
	大人と子どもの 硬式卓球教室	19:30~21:00	13 20 27	11 18 25	8 15 22									
	銃剣道	19:00~21:00	13 20 27	11 18 25	8 15 22 29									
	合気道ジュニア	18:30~19:30	6 13 27	11 18 25	1 8 15 22									
	合気道	19:45~21:15	6 13 27	11 18 25	1 8 15 22									
	楽しくHIP HOP	19:00~20:00	6 13 20	11 18 25	8 15 22									
弓道	19:30~21:00	6 13 20 27	11 18 25	8 15 22 29										