

【月曜日】

令和5年度 掛スポプログラム日程表

<1~3月>

…変更箇所

2023/12/1 現在

午前	教室名	時間	2024年1月				2024年2月				2024年3月			
	硬式テニス入門	9:00~10:30	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	硬式テニス初級	10:40~12:00	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	とくとく長寿体操 (さんりーな)	10:00~11:30	8	15	22	29	5	19	26		4	11	18	
	親子おんがく体操A	10:00~11:00	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	親子おんがく体操B	11:00~12:00	15	22	29		5	19	26		4	11	18	

午後	教室名	時間	2024年1月				2024年2月				2024年3月			
	美健体操	13:00~14:00	8	15	22	29	5	12	19		4	11	18	
	フーバサークル(月)	13:15~15:15	8	15	22		5	19	26		4	11	18	
	硬式テニスサークル (さんりーな)	13:30~15:30	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	健やかヨーガ	13:30~14:30	8	15	22		5	12	19	26	4	18	25	
	シニアヨーガ	14:45~15:45	8	15	22		5	12	19	26	4	18	25	
レディースゴルフ 入門初級(月)	14:00~15:30	15	22	29		5	19	26		4	11	18		

夕方	教室名	時間	2024年1月				2024年2月				2024年3月			
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)入門	16:30~17:30	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)初級	17:30~18:30	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	ジュニアバドミントン 入門初級	16:30~18:00	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	キッズ・ジュニア クラシックバレエ入門	16:00~17:00	15	22	29		5	12	19	26	4	11	18	
	キッズ・ジュニア クラシックバレエ	17:00~18:00	15	22	29		5	12	19	26	4	11	18	
	キッズフィットネス	15:30~16:20	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	ジュニアフィットネス	16:30~17:30	15	22	29		5	19	26		4	11	18	

夜間	教室名	時間	2024年1月				2024年2月				2024年3月			
	ジュニアバレーボール (小学5・6年)	19:00~20:30	8	15	22		12	19	26		4	11	18	
	ジュニアバレーボール (中学男女)	19:00~21:00	15	22	29		5	19	26		4	11	18	
	空手道ジュニア	19:00~21:00	15	22	29		5	19	26		4	11	18	25
	空手道	19:00~21:00	15	22	29		5	19	26		4	11	18	25
ジュニア ソフトボール	19:00~21:00	8 (N)	15 (西)	22 (N)	29 (西)	5 (西)	12 (N)	19 (西)	26 (N)	4 (西)	11 (N)	18 (西)	25 (N)	

※ 『予備日』

※(N):NEC (西):西山口小学校

【月曜日】

令和5年度 掛スポプログラム日程表

<10~12月>

…変更箇所

2023/10/9 現在

午前	教室名	時間	2023年10月					2023年11月					2023年12月						
	硬式テニス入門	9:00~10:30	2	16	23			6	13	27			4	11	18				
	硬式テニス初級	10:40~12:00	2	16	23			6	13	27			4	11	18				
	とくとく長寿体操 (さんりーな)	10:00~11:30	2	16	23			6	13	20	27			4	11	18			
	親子おんがく体操A	10:00~11:00	2	16	23	30			6	13	20	27			4	11	18		
	親子おんがく体操B	11:00~12:00	2	16	23	30			6	13	20	27			4	11	18		

午後	教室名	時間	2023年10月					2023年11月					2023年12月					
	美健体操	13:00~14:00	2	16	23			6	13	20	27			4	11	18		
	フーバサークル(月)	13:15~15:15	9	23	30			6	13	20	27			4	11	18		
	硬式テニスサークル (さんりーな)	13:30~15:30	2	16	23			6	13	20	27			4	11	18		
	健やかヨーガ	13:30~14:30	2	9	16	23			6	13	20			4	18	25		
	シニアヨーガ	14:45~15:45	2	9	16	23			6	13	20			4	18	25		
レディースゴルフ 入門初級(月)	14:00~15:30	2	16	23	30			13	20	27			4	11	18			

夕方	教室名	時間	2023年10月					2023年11月					2023年12月					
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)入門	16:30~17:30	2	16	23			6	13	27			4	11	18			
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)初級	17:30~18:30	2	16	23			6	13	27			4	11	18			
	ジュニアバドミントン 入門初級	16:30~18:00	2	16	23	30			6	20	27			4	18	25		
	キッズ・ジュニア クラシックバレエ入門	16:00~17:00	2	16	23	30			6	13	20			4	11	18		
	キッズ・ジュニア クラシックバレエ	17:00~18:00	2	16	23	30			6	13	20			4	11	18		
	キッズフィットネス	15:30~16:20	2	16	23			6	13	27			4	11	18			
	ジュニアフィットネス	16:30~17:30	2	16	23			6	13	27			4	11	18			

夜間	教室名	時間	2023年10月					2023年11月					2023年12月					
	ジュニアバレーボール (小学5・6年)	19:00~20:30	2	16	30			6	13	20			4	11	18			
	ジュニアバレーボール (中学男女)	19:00~21:00	2	16	30			6	20	27			4	11	18			
	空手道ジュニア	19:00~21:00	16	23	30			6	13	20	27			4	11	18		
	空手道	19:00~21:00	16	23	30			6	13	20	27			4	11	18		
ジュニア ソフトボール	19:00~21:00	2	8	16	23	30	6	13	20	27			4	11	18	25		

※ 『予備日』

※(N):NEC (西):西山口小学校