

【木曜日】

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			
	壮健美塾	10:00~11:00	11 (研) 種目:ロコフラ	18 (研)	25 (研)		1 (研)	15 (研)	29 (研)		7 (こ)	14 (こ)	21 (こ)	
トランポピクス	10:00~11:30	11	18	25		1	8	15	29	7	14	21		
とくとく長寿体操 (シオーネ)	10:00~11:30	11	18	25		1	8	15	22	7	14	21		

※ (研):さんりーな研修室 (ア):さんりーなアリーナA (こ):こどもの森(さんりーな東側)

午後	教室名	時間	2024年1月				2024年2月				2024年3月			
	フーバサークル(木)	13:15~15:15	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	レディース体操	13:30~15:00	11	18	25		8	15	29		7	14	21	28
	レディースゴルフ 入門初級(木)	15:00~16:30	11	18	25		8	15	22		7	14	21	

夕方	教室名	時間	2024年1月				2024年2月				2024年3月			
	器械体操キッズ(木)	15:30~16:30	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	器械体操ジュニア(木) 1・2年	16:30~17:30	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	器械体操ジュニア(木) 3~6年	17:30~18:30	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	体育キッズ(木)年少	15:30~16:20	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	体育キッズ(木) 年中・年長	16:20~17:20	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	体育ジュニア(木)	17:20~18:20	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	キッズ トランポリン(木)	15:30~16:20	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	ジュニア トランポリン(木)A	16:25~17:25	11	18	25		1	8	15	29	7	14		
	ジュニア トランポリン(木)B	17:30~18:30	11	18	25		1	8	15	29	7	14		

最終確認中です。今しばらくお待ちください。

夜間	教室名	時間	2024年1月				2024年2月				2024年3月			
	大人と子どもの 硬式卓球教室	19:30~21:00	最終確認中です。今しばらくお待ちください。											
	銃剣道	19:00~21:00	11	18	25		1	15	29		7	14	21	28
	合気道ジュニア	18:30~19:30	最終確認中です。今しばらくお待ちください。											
	合気道	19:45~21:15	最終確認中です。今しばらくお待ちください。											
	楽しくHIP HOP	19:00~20:00	最終確認中です。今しばらくお待ちください。											

1,2,3月休講

【木曜日】

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			
	壮健美塾	10:00~11:00	5 (大池)	12 (大池)	19 (大池)		9 (ア)	16 (ア)	30 (ア)		7 (ア)	14 (ア)	21 (ア)	
トランポピクス	10:00~11:30	5	12	19	26	9	16	30		7	14	21		
とくとく長寿体操 (シオーネ)	10:00~11:30	5	12	26		2	9	16	30	7	14	21		

※ (研):さんりーな研修室 (ア):さんりーなアリーナA (大池):大池公園(さんりーな周辺)

午後	教室名	時間	2023年10月				2023年11月				2023年12月			
	フーバサークル(木)	13:15~15:15	5	12	19		2	9	16		7	14	21	
レディース体操	13:30~15:00	5	19	26		2	9	16	30	7	14	21		
レディースゴルフ 入門初級(木)	15:00~16:30	12	19	26		2	9	16		7	14	21		

夕方	教室名	時間	2023年10月				2023年11月				2023年12月				
	器械体操キッズ(木)	15:30~16:30	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21		
	器械体操ジュニア(木) 1・2年	16:30~17:30	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21		
	器械体操ジュニア(木) 3~6年	17:30~18:30	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21		
	体育キッズ(木)年少	15:30~16:20	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21		
	体育キッズ(木) 年中・年長	16:20~17:20	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21		
	体育ジュニア(木)	17:20~18:20	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21		
	キッズ トランポリン(木)	15:30~16:20	5	19	26		2	9	16	30	7	14	21		
	ジュニア トランポリン(木)A	16:25~17:25	5	19	26		2	9	16	30	7	14	21		
	ジュニア トランポリン(木)B	17:30~18:30	5	19	26		2	9	16	30	7	14	21		
	ジュニアダンス1 (HIP HOP)	16:40~17:40	5	19	26		2	<del>16</del>	30	9	7	14	21		
ジュニアダンス2 (HIP HOP)	17:40~18:40	5	19	26		2	<del>16</del>	30	9	7	14	21			

夜間	教室名	時間	2023年10月				2023年11月				2023年12月				
	大人と子どもの 硬式卓球教室	19:30~21:00	5	12	19		2	9	16		7	14	21		
	銃剣道	19:00~21:00	5	12	19	26	2	9	16	30	14	21			
	合気道ジュニア	18:30~19:30	5	12	19	26	2	9	16		7	14	21		
	合気道	19:45~21:15	5	12	19	26	2	9	16		7	14	21		
	楽しくHIP HOP	19:00~20:00	5	12	19	26	2	<del>16</del>	30	9	7	14	21		
弓道	19:30~21:00	12	19	26		9	16	23	30	7	14				