

【月曜日】

## 令和7年度 掛スポプログラム日程表

&lt;7月～9月&gt;

…変更箇所

2025/7/28 現在

| 午前 | 教室名                 | 時間          | 2025年7月 |    |               |  | 2025年8月 |    |    |  | 2025年9月 |    |    |    |
|----|---------------------|-------------|---------|----|---------------|--|---------|----|----|--|---------|----|----|----|
|    | 硬式テニス入門初級A          | 9:00～10:30  | 7       | 14 |               |  | 8月休講    |    |    |  | 8       | 22 | 29 |    |
|    | 硬式テニス入門初級B          | 10:40～12:00 | 7       | 14 |               |  |         |    |    |  | 8       | 22 | 29 |    |
|    | とくとく長寿体操<br>(さんりーな) | 10:00～11:30 | 7       | 14 | 28            |  | 4       | 18 | 25 |  | 1       | 8  | 22 |    |
|    | 親子たいそう教室            | 11:00～12:00 | 7       | 14 | <del>28</del> |  | 18      | 25 |    |  | 1       | 8  | 22 | 29 |

| 午後 | 教室名                  | 時間          | 2025年7月      |    |    |  | 2025年8月 |    |    |  | 2025年9月 |    |    |    |
|----|----------------------|-------------|--------------|----|----|--|---------|----|----|--|---------|----|----|----|
|    | 美健体操                 | 13:00～14:00 | 7            | 14 | 28 |  | 4       | 18 | 25 |  | 1       | 8  | 22 |    |
|    | フーバサークル(月)           | 13:15～15:15 | 7            | 21 | 28 |  | 4       | 18 | 25 |  | 1       | 22 | 29 |    |
|    | 硬式テニスサークル<br>(さんりーな) | 13:30～15:30 | 7            | 14 |    |  | 8月休講    |    |    |  | 8       | 22 | 29 |    |
|    | 健やかヨーガ               | 13:30～14:30 | 7            | 14 | 28 |  | 4       | 18 | 25 |  | 1       | 8  | 22 |    |
|    | シニアヨーガ               | 14:45～15:45 | 7            | 14 | 28 |  | 4       | 18 | 25 |  | 1       | 8  | 22 |    |
|    | レディースゴルフ<br>入門初級(月)  | 14:00～15:30 | <del>7</del> | 14 | 28 |  | 4       | 18 | 25 |  | 1       | 8  | 22 | 29 |

| 夕方 | 教室名                    | 時間          | 2025年7月 |    |    |  | 2025年8月 |    |    |  | 2025年9月 |    |    |  |
|----|------------------------|-------------|---------|----|----|--|---------|----|----|--|---------|----|----|--|
|    | ジュニア硬式テニス<br>(さんりーな)入門 | 16:30～17:30 | 7       | 14 |    |  | 8月休講    |    |    |  | 8       | 22 | 29 |  |
|    | ジュニア硬式テニス<br>(さんりーな)初級 | 17:30～18:30 | 7       | 14 |    |  |         |    |    |  | 8       | 22 | 29 |  |
|    | ジュニアバドミントン<br>入門初級     | 16:30～18:00 | 7       | 14 | 28 |  | 4       | 18 | 25 |  | 8       | 22 | 29 |  |
|    | キッズ・ジュニア<br>クラシックバレエ   | 17:00～18:00 | 7       | 14 | 28 |  | 4       | 18 | 25 |  | 8       | 22 | 29 |  |
|    | キッズフィットネス              | 15:30～16:20 | 7       | 14 | 28 |  | 8月休講    |    |    |  | 8       | 22 | 29 |  |
|    | ジュニアフィットネス             | 16:30～17:30 | 7       | 14 | 28 |  |         |    |    |  | 8       | 22 | 29 |  |

| 夜間 | 教室名                    | 時間          | 2025年7月 |               |    |    | 2025年8月 |    |    |    | 2025年9月 |    |    |       |
|----|------------------------|-------------|---------|---------------|----|----|---------|----|----|----|---------|----|----|-------|
|    | ジュニアバレーボール<br>(小学5・6年) | 19:00～20:30 | 7       | 14            | 28 |    | 4       | 11 | 18 |    | 1       | 8  | 22 |       |
|    | ジュニアバレーボール<br>(中学男子)   | 19:00～21:00 | 7       | 14            | 28 |    | 4       | 18 | 25 |    | 1       | 8  | 22 |       |
|    | ジュニアバレーボール<br>(中学女子)   | 19:00～21:00 | 7       | 14            | 28 |    | 4       | 18 | 25 |    | 1       | 8  | 22 |       |
|    | 空手道                    | 19:00～21:00 | 7       | 14            | 28 |    | 4       | 18 | 25 |    | 1       | 22 | 29 |       |
|    | ジュニア<br>ソフトボール         | 19:00～21:00 | 7       | <del>14</del> | 21 | 28 | 4       | 11 | 18 | 25 | 1       | 8  | 15 | 22 29 |

※ 『予備日』

※(N):NECグラウンド