

【月曜日】

令和7年度 掛スポプログラム日程表  
<10月~12月>

...変更箇所

2025/12/8 現在

午前	教室名	時間	2025年10月				2025年11月				2025年12月			
	硬式テニス入門初級A	9:00~10:30	6	20	27		10	17			1	8	15	22
	硬式テニス入門初級B	10:40~12:00	6	20	27		10	17			1	8	15	22
	とくとく長寿体操 (さんりーな)	10:00~11:30	6	20	27		3	10	17		1	8	15	
	親子たいそう教室	11:00~12:00	6	20	27		<del>8</del>	10	17	24	1	8	15	22

午後	教室名	時間	2025年10月				2025年11月				2025年12月			
	美健体操	13:00~14:00	6	20	27		10	17			1	<del>8</del>	15	
	フーバサークル(月)	13:15~15:15	6	20	27		10	17			1	8	15	
	硬式テニスサークル (さんりーな)	13:30~15:30	6	20	27		10	17			1	8	15	
	健やかヨガ	13:30~14:30	6	20	27		3	10	17		1	15	22	
	シニアヨガ	14:45~15:45	6	20	27		3	10	17		1	15	22	
	レディースゴルフ 入門初級(月)	14:00~15:30	10月末閉講											

夕方	教室名	時間	2025年10月				2025年11月				2025年12月			
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)入門	16:30~17:30	6	20	27		10	17			1	8	15	
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)初級	17:30~18:30	6	20	27		10	17			1	8	15	
	ジュニアバドミントン 入門初級	16:30~18:00	6	20	27		10	17			1	8	15	22(Bq)
	キッズ・ジュニア クラシックバレエ	17:00~18:00	6	20	27		10	17	<del>24</del>		1	8	15	22
	キッズフィットネス	15:30~16:20	6	20	27		3	10	17		1	8	15	
	ジュニアフィットネス	16:30~17:30	6	20	27		3	10	17		1	8	15	

夜間	教室名	時間	2025年10月				2025年11月				2025年12月			
	ジュニアバレーボール (小学5・6年)	19:00~20:30	6	20	27		10	17	24		1	8	15	
	ジュニアバレーボール (中学男子)	19:00~21:00	6	20	27		10	17			1	8	15	
	ジュニアバレーボール (中学女子)	19:00~21:00	6	20	27		10	17			1	8	15	
	空手道	19:00~21:00	6	20	27		10	17			1	8	15	
	ジュニア ソフトボール	19:00~21:00	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22

※ 『予備日』

※(N):NECグラウンド (西山):西山口小学校

【月曜日】

令和7年度 掛スポプログラム日程表  
＜1月～3月＞

…変更箇所  
2025/11/27 現在

午前	教室名	時間	2026年1月					2026年2月					2026年3月				
	硬式テニス入門初級A	9:00～10:30	19	26				2	9	16			2	9	16		
	硬式テニス入門初級B	10:40～12:00	19	26				2	9	16			2	9	16		
	とくとく長寿体操 (さんりーな)	10:00～11:30	12	19	26			2	9	16			2	9	16		
	親子たいそう教室	11:00～12:00	12	19	26			2	9	16			2	9	16		

午後	教室名	時間	2026年1月					2026年2月					2026年3月				
	美健体操	13:00～14:00	5	12	19	26		2	9	16			2	9	16	30	
	フーバサークル(月)	13:15～15:15	19	26				2	9	16	23		2	9	16	30	
	硬式テニスサークル (さんりーな)	13:30～15:30	19	26				2	9	16	23		2	9	16		
	健やかヨガ	13:30～14:30	5	19	26			2	9	23			16	23	30		
	シニアヨガ	14:45～15:45	5	19	26			2	9	23			16	23	30		

夕方	教室名	時間	2026年1月					2026年2月					2026年3月				
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)入門	16:30～17:30	19	26				2	9	16	23		2	9	16		
	ジュニア硬式テニス (さんりーな)初級	17:30～18:30	19	26				2	9	16	23		2	9	16		
	ジュニアバドミントン 入門初級	16:30～18:00	19	26				2	9	23			2	9	16	30	
	キッズ・ジュニア クラシックバレエ	17:00～18:00	5	19	26			2	9	16	23		2	9			
	キッズフィットネス	15:30～16:20	5	19	26			2	9	16			2	9	16		
	ジュニアフィットネス	16:30～17:30	5	19	26			2	9	16			2	9	16		

夜間	教室名	時間	2026年1月					2026年2月					2026年3月				
	ジュニアバレーボール (小学5・6年)	19:00～20:30	5	19	26			2	9	16			2	9	16		
	ジュニアバレーボール (中学男子)	19:00～21:00	5	19	26			2	16	23			2	9	16	30	
	ジュニアバレーボール (中学女子)	19:00～21:00	5	19	26			2	16	23			2	9	16	30	
	空手道	19:00～21:00	5	19	26			2	9				2	9	16	30	
	ジュニア ソフトボール	19:00～21:00	5	12	19	26		2	9	16	23		9	16	23		
			(予)	(西山)	(西山)	(西山)		(予)	(西山)	(西山)	(西山)		(西山)	(西山)	(西山)		

※ 『予備日』 ※(N):NECグラウンド/(西山):西山口小