

2021(令和3)年度 スポーツ教室開講日程 (4月～9月)

斜体：祭日

| 教室名 | 場所 | 曜日 | 時間 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|----------------|--------------|-------------|----|----------|-------|----------|----------|-------|----------|
| バドミントン | 第2 | 月曜日 | | 5 12 | 10 17 | 7 14 | 5 12 | 2 9 | 6 13 |
| 横田講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 19 26 | 24 31 | 21 28 | 19 26 | 23 30 | 20 27 |
| コンディショニング | 第1 | 月曜日 | | 5 12 | 10 17 | 7 14 | 5 12 | 2 9 | 6 13 |
| 床田講師 | 会議室 | 19:30～21:00 | | 19 26 | 24 31 | 21 28 | 19 26 | 23 30 | 20 27 |
| 柔道 | 江津中 | 火曜日 | | 6 13 | 11 | 1 8 | 6 13 | 3 10 | 7 14 |
| 濱岡講師 | 柔道場 | 18:30～20:30 | | 20 27 | 18 25 | 15 22 29 | 20 27 | 17 24 | 21 28 |
| 気功太極拳 | 二宮 | 火曜日 | | 6 13 | 11 | 1 8 | 6 13 | 3 10 | 7 14 |
| 森脇講師 | 交流館 | 13:30～15:30 | | 20 27 | 18 25 | 15 22 29 | 20 27 | 17 24 | 21 28 |
| フィットネス | 第2 | 水曜日 | | 7 14 | 12 | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 1 8 |
| 善田講師 | 体育館 | 10:00～12:00 | | 21 28 | 19 26 | 16 23 30 | 21 28 | 18 25 | 15 22 29 |
| 太極拳(夜) | 第2 | 水曜日 | | 7 14 | 12 | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 1 8 |
| 岡本講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 21 28 | 19 26 | 16 23 30 | 21 28 | 18 25 | 15 22 29 |
| 太極拳(昼) | 第1 | 金曜日 | | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 2 9 | 6 | 3 10 |
| 岡本講師 | 会議室 | 9:30～11:30 | | 16 23 30 | 21 28 | 18 25 | 16 30 | 20 27 | 17 24 |
| ハンドボール | 市民 | 水曜日 | | 7 14 | 12 | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 1 8 |
| 河野講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 21 28 | 19 26 | 16 23 30 | 21 28 | 18 25 | 15 22 |
| ヨガ・セラピー | 第2 | 木曜日 | | 1 8 | 6 13 | 3 10 | 1 8 | 5 | 2 9 |
| 高根講師 | 体育館 | 9:30～11:30 | | 15 22 | 20 27 | 17 24 | 15 29 | 19 26 | 16 23 30 |
| BODYチェンジ | 第2 | 木曜日 | | 1 8 | 6 13 | 3 10 | 1 8 | 5 | 2 9 |
| 善田講師 | 体育館 | 19:30～21:00 | | 15 22 | 20 27 | 17 24 | 15 29 | 19 26 | 16 23 30 |
| 硬式テニス | 庭球場 | 木曜日 | | 1 8 | 6 13 | 3 10 | 1 8 | 5 | 2 9 |
| 船津講師 | (体育館) | 19:00～21:00 | | 15 22 | 20 27 | 17 24 | 15 29 | 19 26 | 16 23 30 |
| ビューティアップ 3B | 第2 | 金曜日 | | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 2 9 | 6 | 3 10 |
| 中寺講師 | 体育館 | 10:00～11:30 | | 16 23 30 | 21 28 | 18 25 | 16 30 | 20 27 | 17 24 |
| | 江津東小 | 月曜日 | | 5 12 | 10 17 | 7 14 | 5 12 | 2 9 | 6 13 |
| | 体育館 | 19:00～20:30 | | 19 26 | 24 31 | 21 28 | 19 26 | 23 30 | 20 27 |
| | | 木曜日 | | 1 8 | 6 13 | 3 10 | 1 8 | 5 | 2 9 |
| ラグビー | | 19:00～20:30 | | 15 22 | 20 27 | 17 24 | 15 29 | 19 26 | 16 23 30 |
| 山本講師 | シビック センター | 土曜日 | | 3 10 | 1 8 | 5 12 | 3 10 | 7 | 4 11 |
| | | 9:00～11:30 | | 17 24 | 15 22 | 19 26 | 17 24 31 | 21 28 | 18 25 |
| バレーボール | 市民 | 土曜日 | | 3 10 | 8 | 5 | 3 | 7 | 4 |
| 三明講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 24 | 22 29 | 19 26 | 17 24 | 21 28 | 18 25 |
| | 市民 | 月曜日 | | 5 12 | 10 17 | 7 14 | 5 12 | 2 9 | 6 13 |
| | 体育館 | 10:00～11:30 | | 19 26 | 24 31 | 21 28 | 19 26 | 23 30 | 20 27 |
| ボール・ エクササイズ | 川戸 | 金曜日 | | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 2 9 | 6 | 3 10 |
| 林講師 | コミセン | 10:00～11:30 | | 16 23 30 | 21 28 | 18 25 | 16 30 | 20 27 | 17 24 |
| | 嘉久志 コミセン | 金曜日 | | 2 | 7 | 4 | 2 | 6 | 3 |
| | | 13:30～15:00 | | 16 23 | 21 28 | 18 25 | 16 30 | 20 27 | 17 24 |
| スポーツ吹矢 | 第2 | 土曜日 | | 10 24 | 15 29 | 19 26 | 10 24 | 7 21 | 4 18 |
| 吹矢 | 体育館 | 10:00～12:00 | | | | | | | |

★テニス教室：4月は体育館でラケットテニス、5月から11月は庭球場

(4/12作成)

2021(令和3)年度 スポーツ教室開講日程 (10月～3月)

斜体：祭日

| 教室名 | 場所 | 曜日 | 時間 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|----------------|--------------|-------------|----|----------|-------|-------|-------|-------|----------|
| バドミントン | 第2 | 月曜日 | | 4 11 | 1 8 | 6 13 | 10 17 | 7 14 | 7 14 |
| 横田講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 18 25 | 15 22 | 20 27 | 24 31 | 21 28 | 21 28 |
| コンディショニング | 第1 | 月曜日 | | 4 11 | 1 8 | 6 13 | 10 17 | 7 14 | 7 14 |
| 床田講師 | 会議室 | 19:30～21:00 | | 18 25 | 15 22 | 20 27 | 24 31 | 21 28 | 21 28 |
| 柔道 | 江津中 | 火曜日 | | 5 12 | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 1 8 | 1 8 |
| 濱岡講師 | 柔道場 | 18:30～20:30 | | 19 26 | 16 30 | 21 28 | 18 25 | 15 22 | 15 22 |
| 気功太極拳 | 二宮 | 火曜日 | | 5 12 | 2 9 | 7 14 | 4 11 | 1 8 | 1 8 |
| 森脇講師 | 交流館 | 13:30～15:30 | | 19 26 | 16 30 | 21 28 | 18 25 | 15 22 | 15 22 |
| フィットネス | 第2 | 水曜日 | | 6 13 | 10 | 1 8 | 5 12 | 2 9 | 2 9 |
| 善田講師 | 体育館 | 10:00～12:00 | | 20 27 | 17 24 | 15 22 | 19 26 | 16 | 16 23 30 |
| 太極拳(夜) | 第2 | 水曜日 | | 6 13 | 10 | 1 8 | 5 12 | 2 9 | 2 9 |
| 岡本講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 20 27 | 17 24 | 15 22 | 19 26 | 16 | 16 23 30 |
| 太極拳(昼) | 第1 | 金曜日 | | 1 8 | 5 12 | 3 10 | 7 14 | 4 | 4 11 |
| 岡本講師 | 会議室 | 9:30～11:00 | | 15 22 29 | 19 26 | 17 24 | 21 28 | 18 25 | 18 25 |
| ハンドボール | 市民 | 水曜日 | | 6 13 | 10 | 1 8 | 5 12 | 2 9 | 2 9 |
| 河野講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 20 27 | 17 24 | 15 22 | 19 26 | 16 | 16 23 30 |
| ヨガ・セラピー | 第2 | 木曜日※12月～市民C | | 7 14 | 4 11 | 2 9 | 6 13 | 3 10 | 3 10 |
| 高根講師 | 体育館 | 9:30～11:30 | | 21 28 | 18 25 | 16 23 | 20 27 | 17 24 | 17 24 |
| BODYチェンジ | 第2 | 木曜日 | | 7 14 | 4 11 | 2 9 | 6 13 | 3 10 | 3 10 |
| 善田講師 | 体育館 | 19:30～21:00 | | 21 28 | 18 25 | 16 23 | 20 27 | 17 24 | 17 24 |
| 硬式テニス | 庭球場 | 木曜日 | | 7 14 | 4 11 | 2 9 | 6 13 | 3 10 | 3 10 |
| 船津講師 | (体育館) | 19:00～21:00 | | 21 28 | 18 25 | 16 23 | 20 27 | 17 24 | 17 24 |
| ビューティアップ 3B | 第2 | 金曜日 | | 1 8 | 5 12 | 3 10 | 7 14 | 4 | 4 11 |
| 中寺講師 | 体育館 | 10:00～11:30 | | 15 22 29 | 19 26 | 17 24 | 21 28 | 18 25 | 18 25 |
| | 江津東小 | 月曜日 | | 4 11 | 1 8 | 6 13 | 10 17 | 7 14 | 7 14 |
| | 体育館 | 19:00～20:30 | | 18 25 | 15 22 | 20 27 | 24 31 | 21 28 | 21 28 |
| | | 木曜日 | | 7 14 | 4 11 | 2 9 | 6 13 | 3 10 | 3 10 |
| ラグビー | | 19:00～20:30 | | 21 28 | 18 25 | 16 23 | 20 27 | 17 24 | 17 24 |
| 山本講師 | シビック センター | 土曜日 | | 2 9 | 6 13 | 4 11 | 8 15 | 5 12 | 5 12 |
| | | 9:00～11:30 | | 16 23 | 20 27 | 18 28 | 22 29 | 19 26 | 19 26 |
| バレーボール | 市民 | 土曜日 | | 2 | 6 | 4 11 | 8 | 5 | 5 |
| 三明講師 | 体育館 | 19:00～21:00 | | 16 23 | 20 27 | 18 | 22 29 | 19 26 | 19 26 |
| | 市民 | 月曜日 | | 4 11 | 1 8 | 6 13 | 10 17 | 7 14 | 7 14 |
| | 体育館 | 10:00～11:30 | | 18 25 | 15 22 | 20 27 | 24 31 | 21 28 | 21 28 |
| ポール・ エクササイズ | 川戸 コミセン | 金曜日 | | 1 8 | 5 12 | 3 10 | 7 14 | 4 | 4 11 |
| | | 10:00～11:30 | | 15 22 29 | 19 26 | 17 24 | 21 28 | 18 25 | 18 25 |
| 林講師 | 嘉久志 コミセン | 金曜日 | | 1 | 5 | 3 | 7 | 4 | 4 |
| | | 13:30～15:00 | | 15 22 | 19 26 | 17 24 | 21 28 | 18 25 | 18 25 |
| スポーツ吹矢 | 第2 | 土曜日 | | 16 30 | 6 20 | 11 18 | 15 29 | 19 26 | 19 26 |
| 吹矢 | 体育館 | 10:00～12:00 | | | | | | | |

★ヨガ教室：12月からは市民センター会議室で開催

(4/12作成)

★テニス教室：11月まで庭球場。12月から3月は体育館でラケットテニス