

2024(令和6)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
フィットネス	市民	月曜日		7	4 11	2 9	6 13	3 10	3 10
善田講師	体育館	10:00~12:00		21 28	18 25	16 23	20 27	17 24	17 24 31
バドミントン	市民, 第2	月曜日		7	4 11	2 9	6 13	3 10	3 10
横田講師	体育館	19:00~21:00		21 28	18 25	16 23	20 27	17 24	17 24 31
コンディショニング	市民体	月曜日		7	4 11	2 9	6 13	3 10	3 10
床田講師	会議室	19:30~21:00		21 28	18 25	16 23	20 27	17 24	17 24 31
気功太極拳	二宮	火曜日		1 8	5 12	3 10	7 14	4 11	4 11
森脇講師	コミセン	13:30~15:30		15 22 29	19 26	17	21 28	18 25	18 25
柔道	江津中	火曜日		1 8	5 12	3 10	7 14	4	4 11
濱岡講師	柔道場	18:30~20:30		15 22 29	19 26	17 24	21 28	18 25	18 25
太極拳(夜)	第2	水曜日		2 9	6 13	4 11	8 15	5 12	5 12
岡本講師	体育館	19:00~21:00		16 23 30	20 27	18 25	22 29	19 26	19 26
太極拳(昼)	市民	金曜日		4 11	1 8	6 13	10 17	7 14	7 14
岡本講師	体育館	9:30~11:30		18 25	15 22	20 27	24 31	21 28	21 28
ハンドボール	市民	水曜日		2 9	6 13	4 11	8 15	5 12	5 12
佐々木講師	体育館	19:00~21:00		16 23 30	20 27	18 25	22 29	19 26	19 26
ヨガ・セラピー	第2	木曜日※12月~市民C		3 10	7 14	5 12	9 16	6 13	6 13
高根講師	体育館	9:30~11:30		17 24 31	21 28	19 26	23 30	20 27	27
BODYチェンジ	第2	木曜日		3 10	7 14	5 12	9 16	6 13	6 13
善田講師	体育館	19:30~21:00		17 24 31	21 28	19 26	23 30	20 27	27
硬式テニス	庭球場	木曜日		3 10	7 14	5 12	9 16	6 13	6 13
森山講師	(体育館)	19:00~21:00		17 24 31	21 28	19 26	23 30	20 27	27
ビューティアップ3B	第2	金曜日		4 11	1 8	6 13	10 17	7 14	7 14
中寺講師	体育館	10:00~11:30		18 25	15 22 29	20	24 31	21 28	21 28
ラグビー	江津東小	木曜日		3 10	7 14	5 12	9 16	6 13	6 13
脇田講師	体育館	19:00~20:30		17 24 31	21 28	19 26	23 30	20 27	27
	シビック	日曜日		6 13	10	1 8	5 12	2 9	2 9
	センター	10:00~11:30		20 27	17 24	15 22	19 26	16 23	16 23 30
バレーボール	市民	土曜日		5 12	2 9	7 14	11	1 8	1 8
本藤講師	体育館	19:00~21:00		26	30	28	18 25	22	22
	市民	水曜日		2 9	6 13	4 11	8 15	5 12	5 12
	体育館	10:00~11:30		16 23	20 27	18 25	22 29	19 26	19 26
ポール・エクササイズ	川戸	金曜日		4 11	1 8	6 13	10 17	7 14	7 14
林講師	コミセン	10:00~11:30		18 25	15 22 29	20	24 31	21 28	21 28
	嘉久志	金曜日		4	1 8	6	17	7	7
	コミセン	13:30~15:00		18 25	15 22 29	20	24 31	21 28	21 28
吹矢	第2	土曜日		12	30	14	18	8 22	15 29
	体育館	10:00~12:00							

★ヨガ教室: 12月~3月は市民センター会議室

(9/11作成)

★テニス教室: 4月~11・3月は庭球場。(雨天時体育館) 12月~2月は体育館

※一部会場が変更となる日が有りますので、ご注意下さい。(二重下線の日)

●太極拳教室(昼): 10月11日・11月8日・1月31日は都野津コミセン(予定)

●3B教室: 11月8日は渡津コミセン又は二宮コミセン ●バレーボール教室: 11月9日は第2体育館