

1月の教室予定表

日	月	火	水	木	金	土
		 謹賀新年	曜日変更 *夜ピラティス(金) ↓ 夜ピラティス(木)	場所変更 *バレトン2部制 会議室	1 祝日 	2 
4	5 休館日	6 健康体操(会) (9:30~11:00) ラージ卓球(体A) (13:30~15:30) 太極拳(会) (13:30~15:30) Jr.ランニング(町グB) (17:30~18:30) バスケ一般(南犬飼中) (19:30~20:30)	7 ピラティス(会) (9:30~10:15) エンジョイスリム(会) (19:00~20:30) バトミントン(体B) (19:00~21:00)	8 新卓球(体A) (10:00~12:00) エアロビクス(会) (9:30~10:15) 昼テニス(10~12) フラダンス(13:30~15) 夜テニス(19~21) ピラティス(会) (19:00~19:45)	9 バレトン(会) ①9:30~②10:30~ 貯筋運動(会) (15:15~16:30) 家族でスポーツ(体) (19~21) ボルダリング (19:30~20:30)	10 Jr.硬式テニス (9:00~10:30)
11	12 祝日	13 休館日  ミニバス(東小) (17~18)	14 ピラティス(会) (9:30~10:15) エンジョイスリム(会) (19:00~20:30) ランニング(グB) (18:00~19:30) バトミントン(体B) (19:00~21:00)	15 新卓球(体A) (10:00~12:00) エアロビクス(会) (9:30~10:15) 昼テニス(10~12) (19:00~21:00) 夜テニス(19~21) Jバドミントン(19~21) ピラティス(会) (19:00~19:45)	16 バレトン(会) ①9:30~②10:30~ 貯筋運動(会) (15:15~16:30) 家族でスポーツ(体) (19~21) ボルダリング (19:30~20:30)	17 Jr.硬式テニス (9:00~10:30)
18	19	20 ラージ卓球(体A) (13:30~15:30) 太極拳(会) (13:30~15:30) Jr.ランニング(町グB) (17:30~18:30) ミニバス(東小) (17~18)	21 ピラティス(会) (9:30~10:15) エンジョイスリム(会) (19:00~20:30) バトミントン(体B) (19:00~21:00)	22 新卓球(体A) (10:00~12:00) エアロビクス(会) (9:30~10:15) 昼テニス(10~12) フラダンス(13:30~15) 夜テニス(19~21) Jバドミントン(19~21) ピラティス(会) (19:00~19:45)	23 バレトン(会) ①9:30~②10:30~ 貯筋運動(会) (15:15~16:30) 家族でスポーツ(体) (19~21) ボルダリング (19:30~20:30)	24 Jr.硬式テニス (9:00~10:30)
25	26	27 エンジョイゴルフ (19~20) 王生ゴルフパーク  ラージ卓球(体A) (13:30~15:30) 健康体操(会) (13:30~15:00) Jr.ランニング(町グB) (17:30~18:30) ミニバス(東小) (17~18) バスケ一般(南犬飼中) (19:30~20:30)	28 ピラティス(会) (9:30~10:15) エンジョイスリム(会) (19:00~20:30) ランニング(グB) (18:00~19:30) バトミントン(体B) (19:00~21:00)	29 新卓球(体A) (10:00~12:00) エアロビクス(会) (9:30~10:15) 昼テニス(10~12) 夜テニス(19~21) Jバドミントン(19~21) ピラティス(会) (19:00~19:45)	30 バレトン(会) ①9:30~②10:30~ 貯筋運動(会) (15:15~16:30) 家族でスポーツ(体) (19~21)	31 Jr.硬式テニス (9:00~10:30) ヨガ(会) (11~12)

★申し込み・お問合わせ
 ゆうがおスポーツクラブ事務局
 (町総合運動場管理棟内)

TEL:0282-51-6022 FAX:0282-51-2943

E-mail yuugaosc@cc9.ne.jp



ゆうがおSC公式ラインはこちら↑