

NPO 法人 Yu-Gaku 加茂スポーツクラブ8月予定表

【種 目】	【対 象】	【日 に ち】	【時 間】	【会 場】	【持ち物】
キッズバスケット (土曜日)	幼児～小学3年生	7日, 21日, 28日 (5月休講分)	9:00～10:00	アリーナ	上履き タオル 飲み物
ミニバス	小学生	※事務局にご確認ください。			
バドミントン (毎週月曜日)	小学生～一般	2日, 9日: 休み, 16日, 23日, 30日	18:30～20:00		
レスリング	幼児～中学生	※事務局にご確認ください。		第2体育館	
卓球 (毎週木曜日)	小学生以上	5日, 12日: 休み, 19日, 26日	18:30～20:00		
ヒップホップダンス① (日曜日)	4歳～小学4年生 ※初心者向け	8日, 29日	11:00～11:50		
ヒップホップダンス② (日曜日)	小学3年生～中学生 ※経験者向け		12:00～12:50		
ZUMBA® (金曜日)	中学生以上	6日, 20日	20:00～20:45		
美クササイズ (毎週月曜日)	高校生以上	2日: チェアエクササイズ 9日: 青竹ふみ 16日: 自重トレ 23日: ヨガ 30日: ウェーブストレッチリング	13:30～14:30		
スマイリッシュ教室 (毎週木曜日)	中高齢者	5日: 健美操&リモート体操 12日: 3B体操 19日: ノルディックウォーキング 26日: 健康ヨガ	13:30～14:30 ※5日は13:30～14:45		
ヨガ (毎週土曜日)	中学生以上	7日: 西川先生 14日: 休み 21日: 鳥本先生 28日: 西川先生	10:00～11:00	第2体育館	タオル 飲み物
ピラティス (土曜日)	中学生以上	7日, 28日	20:00～21:00		
一般テニス (毎週土曜日、日曜日)	中学生以上	7日, 14日, 21日, 28日 1日, 8日, 15日, 22日, 29日	20:00～22:00 9:00～12:00	テニスコート	運動靴 タオル 飲み物
ジュニアテニス (毎週土曜日)	小学生	7日, 14日, 21日, 28日	9:00～12:00		
F. C. UNNAN	中学生	※事務局にご確認ください。			
キッズサッカー (日曜日)	幼児～小学3年生	22日, 29日	10:00～11:00	晴天: ふれあいの丘 雨天: アリーナ	

◎各教室が始まる前に受付をしますので、開始時間10分前には会場にお越し下さい。

◎水分補給の為に必ずドリンクをお持ち下さい。また、感染症予防のため、スリッパ、ヨガマット等の道具はご持参ください
ますようお願いいたします。

【おことわり】クラブの活動中にスタッフが写真を撮る事がありますが、これはクラブのPR・助成事業の報告等に使用しますので、ご了承ください。

～みんないっしょに汗ながさこい!!～

NPO 法人

Yu-Gaku 加茂スポーツクラブ事務局

TEL(0854)49-7100

〒699-1105

雲南市加茂町宇治 228-1 雲南市加茂 B&G 海洋センターラソンテ内

定休日/水曜日・年末年始 受付時間/9:00～20:00

Fax(0854)49-8440 Email bkgamo@bg-unnan.com

HP <http://www.bg-unnan.com/yu-gaku>