

2020年7月予定表 NPO法人 Yu-Gaku加茂スポーツクラブ

	①.⑧ レスリング (幼児～中学生)	② キッズバスケ (幼児～小学3年生)	③ キッズサッカー (幼児～小学3年)	④ ヒップホップダンス ①4歳～小学2年生 ②小学3年生～中学生	⑤ ジュニアテニス (小学生)	⑥ ミニバス (小学生)	⑦ F. C. UNNAN (中学生)	⑨ 卓球 (小学生以上)	⑩ バドミントン (小学生～一般)	⑪ 一般テニス (中学生以上)	⑫ ヨガ (中学生以上)	⑬ ピラティス (中学生以上)	⑭ ZUMBA (高校生以上)	⑮ スマイルリッシュ教室 (中高齢者)	⑯ 美クササイズ (高校生以上)			
会場	海洋センター 第2体育館	海洋センター アリーナ	加茂中央公園 ふれあいの丘 多目的広場	海洋センター 第2体育館	加茂中央公園 テニスコート	海洋センター アリーナ	平日:大東公園市民体育館 土日:加茂中央公園 多目的広場	海洋センター 第2体育館	海洋センター アリーナ	加茂中央公園 テニスコート	海洋センター 第2体育館、会議室	海洋センター 第2体育館	海洋センター 第2体育館	海洋センター 第2体育館	第1・3週:会議室 第2・4週:第2体	会場		
持ち物	上履き	上履き	運動靴	上履き	運動靴	上履き	運動靴	上履き	上履き	運動靴	なし	なし	上履き	上履き	上履き	持ち物		
1	水	休館日														1	水	
2	木					18:00～20:00		18:30～20:00						13:30～14:30 (健美操)		2	木	
3	金												20:00～20:45			3	金	
4	土	13:00～14:00			10:00～12:00	9:00～12:00				20:00～22:00	10:00～11:00 西川先生	20:00～21:00				4	土	
5	日		10:00～11:00	①11:00～11:50 ②12:00～12:50						10:00～12:00						5	日	
6	月		【晴天の場合】ふれあいの丘 【雨天の場合】海洋センターラソンテアアリーナ 持ち物:室内シューズ			17:00～18:30			18:30～20:00		19:00～19:45 西川先生				13:30～14:30 (会議室:自重トレ)	6	月	
7	火		休館日														7	火
8	水	休館日														8	水	
9	木	別紙日程表を参照ください				18:00～20:00		18:30～20:00						13:30～14:30 (3B体操)		9	木	
10	金															10	金	
11	土					10:00～12:00	9:00～12:00				20:00～22:00	10:00～11:00 鳥本先生				11	土	
12	日			10:00～11:00							10:00～12:00						12	日
13	月			【晴天の場合】ふれあいの丘 【雨天の場合】海洋センターラソンテアアリーナ 持ち物:室内シューズ			17:00～18:30			18:30～20:00						13:30～14:30 (第2体:チェアエクサ)	13	月
14	火		休館日														14	火
15	水	休館日														15	水	
16	木					18:00～20:00		18:30～20:00						13:30～14:30 (ノルディックウォーク)		16	木	
17	金												20:00～20:45	【屋内で行います】 持ち物:室内シューズ、タオル、ドリンク		17	金	
18	土	13:00～14:00			10:00～12:00	9:00～12:00				20:00～22:00	10:00～11:00 鳥本先生	20:00～21:00				18	土	
19	日			①11:00～11:50 ②12:00～12:50						10:00～12:00						19	日	
20	月					17:00～18:30			18:30～20:00		19:00～19:45 西川先生				13:30～14:30 (会議室:Gボール)	20	月	
21	火		休館日														21	火
22	水	休館日														22	水	
23	木					9:00～12:00	日程・時間変更		休み						休み	23	木	
24	金					9:00～12:00										24	金	
25	土				10:00～12:00	休み				20:00～22:00	10:00～11:00 西川先生					25	土	
26	日									10:00～12:00						26	日	
27	月					17:00～18:30			18:30～20:00						13:30～14:30 (第2体:エアロビ)	27	月	
28	火		休館日														28	火
29	水	休館日														29	水	
30	木					18:00～20:00		18:30～20:00						13:30～14:30 (健康ヨガ)		30	木	
31	金															31	金	

※Yu-Gaku加茂スポーツクラブホームページ(<http://www.bg-unnan.com/yu-gaku>)でPDFにて予定表をアップしております。  
 ※教室の日程は、変更になる場合があります。変更の場合はホームページでお知らせいたします。