

2020年4月予定表 NPO法人 Yu-Gaku加茂スポーツクラブ

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

※Yu-Gaku加茂スポーツクラブホームページ(海洋センターホームページ)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。変更の場合はメール(bgkamo@bg-unnan.com)にてご連絡いたします。受信できるよう設定をお願いいたします。