

# NPO 法人 Yu-Gaku 加茂スポーツクラブ9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	4日、11日	13:00～14:00	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	6日、13日、20日休み、27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	2日、9日、16日、23日休み、30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	5日、12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	3日、17日 ※8/6休講分は、10/8実施予定	20:00～20:45		
美クササイズ (毎週月曜日)	高校生以上	6日：青竹ふみ 13日：自重トレーニング 20日：休み 27日：リズム運動	13:30～14:30		
スマイリッシュ教室 (毎週木曜日)	中高齢者	2日：健美操 9日：3B体操 16日：ノルディックウォーキング 23日：休み 30日：健康ヨガ	13:30～14:30		
ヨガ (毎週土曜日)	中学生以上	4日：西川先生 11日：鳥本先生 18日：西川先生 25日：鳥本先生	10:00～11:00	タオル 飲み物	
ピラティス (土曜日)	中学生以上	4日、18日	20:00～21:00		
一般テニス：土曜日	中学生以上	4日、11日、18日、25日	20:00～22:00		
一般テニス：日曜日		5日、12日、19日、26日	9:00～12:00		
ジュニアテニス (毎週土曜日)	小学生	4日、11日、18日、25日	9:00～12:00	テニスコート	運動靴 タオル 飲み物
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	講師都合により、休み	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>