

2018年12月予定表 NPO法人 Yu-Gaku加茂スポーツクラブ

		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯				
		レスリング (幼児~中学生)	キッズバスケ (幼児~小学3年生)	キッズサッカー (幼児~小学3年)	キッズ テーパーボール (幼児~小学生)	ヒップホップダンス ①4歳~小学2年 ②小学3年生~高校生	テニス (小学生)	ミニバス (小学生)	F. C. UNNAN (中学生)	卓球 (小学生以上)	バドミントン (小学生~一般)	テニス (中学生以上)	ヨガ (中学生以上)	ピラティス (中学生以上)	ZUMBA (高校生以上)	スマイリッシュ教室 (中高年齢者)	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 スポーツの丘多目的広場	海洋センターアリーナ	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	海洋センター第2体育館	会場			
持ち物		上履き	上履き	運動靴	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	土						10:00~12:00	休み					10:00~11:00 西川先生					1	土		
2	日			10:00~11:00		ステージ発表 (松江くにびきメッセ)						10:00~12:00						2	日		
3	月		12月は1回のみ開催です。					17:00~18:30					18:30~20:00		19:00~19:45 西川先生			3	月		
4	火																13:00~14:00 (バランスボール)	4	火		
5	水	休館日																	5	水	
6	木							18:00~20:00									13:30~14:30 (かんたん筋トレ)	6	木		
7	金														20:00~20:45			7	金		
8	土		13:00~14:00				10:00~12:00	9:00~12:00						10:00~11:00 西川先生				8	土		
9	日				10:00~11:00	①11:00~11:50 ②12:00~12:50						10:00~12:00						9	日		
10	月							17:00~18:30										10	月		
11	火																13:00~14:00 (ストレッチリング)	11	火		
12	水	休館日																	12	水	
13	木	別紙日程表を 参照ください						18:00~20:00	別紙日程表を 参照ください								13:30~14:30 (3B体操)	13	木		
14	金																		14	金	
15	土						10:00~12:00	9:00~12:00							10:00~11:00 鳥本先生	20:00~21:00			15	土	
16	日						①11:00~11:50 ②12:00~12:50							10:00~12:00						16	日
17	月									休み					18:30~20:00		19:00~19:45 西川先生			17	月
18	火																13:00~14:00 (リズム体操)	18	火		
19	水	休館日																	19	水	
20	木							18:00~20:00									13:30~14:30 (水中ボール)	20	木		
21	金														20:00~20:45			21	金		
22	土		13:00~14:00				10:00~12:00	9:00~12:00						10:00~11:00 鳥本先生	20:00~21:00	会場:加茂B&G海洋センタープール 持ち物:水着、水泳キャップ		22	土		
23	日																	23	日		
24	月							休み										24	月		
25	火																13:00~14:00 (青竹ふみ)	25	火		
26	水	休館日																	26	水	
27	木							休み									13:30~14:30 (健康ヨガ)	27	木		
28	金																	28	金		
29	土	休館日																	29	土	
30	日	休館日																	30	日	
31	月	休館日																	31	月	

※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にてご連絡いたします。