

# かみのやまスポーツクラブカレンダー - Goスポ かみのやま

## 平成29年3月

教室名	場所	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
			水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金		
エンジョイ吹矢	月	旅館三恵	13:30～14:30						☸																										☸
キッズバラエティ	月	アリーナ	18:45～20:00						●							●																			●
キッズミニバスケットボール	月		18:30～20:00							●							●																		●
	木		19:00～20:30		●								●							●															
キッズ硬式卓球	月		19:00～20:30							●							●																		●
エアロ&トランポピクス	月	軽スポ	19:00～20:30						●	(6日は、アリーナ)																								●	
キッズソフトテニス	水	アリーナ	18:30～20:00	●						●							●																		
ボディ・メンテナンス	水	葉山館	14:00～15:30	☸											☸					☸															
ストレッチ・ヨガ	木	あづまや	13:30～15:00		☸											☸				☸															
ヨガ&フラダンス	金	南部公民館	10:00～11:30			フラ (3日は、軽スポ1)						ヨガ							ヨガ																
ピラティス	土	武道場	10:00～11:15			●							●																					●	
(18日は、中部地区公民館)																																			

短期教室																																		
ストレッチ・ヨガ	土	講習室	18:00～19:30			●																												●
スポーツマージャン	日	中部公民館	9:00～12:00											●								●												
シニアトランポピクス	金	軽スポ	10:30～11:30			● (3日は、南部地区公民館)																		●										●
初心者トランポリン	水	アリーナ	19:30～20:30	●								●						●																

### 月曜日キッズ教室保護者の皆様へ 通常教室体験会のご案内

3月6日(月) エアロ&トランポピクス  
 時間 19:00～19:45 場所 アリーナ  
 参加料 一回1000円 回数券 5回3000円  
 持ち物 内履き・飲み物・タオル

トランポピクスは、  
脂肪燃焼効果があります！  
膝腰の負担が少ない運動です。

☸マークは、市の事業「温泉入浴付きスポーツ教室」となります。  
詳しくは、2/1号市報のチラシをご覧ください。

