



かみのやまスポーツクラブカレンダー



平成28年9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 | |
|---------------|----|---------------|---|----|---|---|---|---|---|---|----|----|------------|----|-------------|----|----|----|----|------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| | | | 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 | 中部公民館 | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | |
| キッズバラエティ | 月 | アリーナ | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | |
| キッズミニバスケットボール | 月 | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | |
| | 木 | | | | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | |
| キッズ硬式卓球 | 月 | | | | | | ● | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | |
| エアロ&トランポビクス | 月 | 軽スポ | | | | | ● | | | | | | | ● | (12日は、アリーナ) | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | |
| キッズソフトテニス | 水 | テニスコート | | | | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | |
| 腰痛緩和体操 | 水 | 講習室 | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | |
| ストレッチ・ヨーガ | 木 | 南部公民館 | ● | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | |
| ヨガ&フラダンス | 金 | 南部公民館 | | ヨガ | | | | | | | ヨガ | | | | | | | | フラ | (16日は、軽スポ) | | | | | | | | | | | | | |
| ピラティス | 土 | 軽スポ | | | | | | | | | | ● | (10日は、武道場) | | | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | | |
| 短期教室 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ストレッチ・ヨーガ | 土 | 軽スポ | | | | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | |
| ストリートダンス | 火 | 軽スポ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | |
| ゴルフ | 水 | 上山 ゴルフガーデン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | | ● |

ソフトテニス教室について

- ・4回予定になっていますが、内1回は雨天中止の調整日です。
 - ・雨天による中止は、当日17時に判断します。
 - 判断結果は、ホームページでご確認ください。
 - ・天気が急転した場合は、その後に変更する事があります。
- 最新の情報をご確認願います。

短期教室のお知らせ

9月より短期教室(11期)が始まります。
 普段やったことのない種目を体験してみませんか？
 ゴルフは担当プロが変わり、リフレッシュしての開催
 です。





かみのやまスポーツクラブカレンダー



平成28年8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 | | |
|---------------|----|--------|-------------|---|---|---|----|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|--|
| | | | 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 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | | |
| エンジョイ吹矢 | 月 | 中部公民館 | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | ● | | | |
| キッズバラエティ | 月 | アリーナ | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | ● | | | |
| 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 | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | ● | | | |
| キッズソフトテニス | 水 | テニスコート | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | ● | |
| 腰痛緩和体操 | 水 | 講習室 | | | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | ● | |
| ストレッチ・ヨガ | 木 | 南部公民館 | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | |
| ヨガ&フラダンス | 金 | 南部公民館 | | | | | ヨガ | | | | | | | | | | | | | | | フラ (19日は軽スポ) | | | | | | ヨガ | | | | | | | |
| ピラティス | 土 | 軽スポ | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | |

ソフトテニス教室について

- 4回予定になっていますが、内1回は雨天中止の調整日です。
 - 雨天による中止は、当日17時に判断します。
 - 判断結果は、ホームページでご確認ください。
 - 天気が急転した場合は、その後に変更する事があります。
- 最新の情報をご確認願います。

《夏季休業のお知らせ》

8月11日(木・祝)~15日(月)
夏季休業となります。





かみのやまスポーツクラブカレンダー



平成28年7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 | |
|---------------|----|--------|-------------|--------------|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
| | | | 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 | 土 | 日 | |
| エンジョイ吹矢 | 月 | 中部公民館 | 14:00~15:00 | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | |
| 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 | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | |
| キッズソフトテニス | 水 | テニスコート | 18:30~20:00 | | | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | |
| 腰痛緩和体操 | 水 | 講習室 | 14:00~15:30 | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | ● | | | | |
| ストレッチ・ヨーガ | 木 | 南部公民館 | 14:00~15:30 | | | | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | | | | |
| ヨガ&フラダンス | 金 | 南部公民館 | 10:00~11:30 | フラ (1日は、軽スポ) | | | | | | | ヨガ | | | | | | ヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ピラティス | 土 | 軽スポ | 10:00~11:15 | | | | | | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | ● | | | | | | | | | |
| 短期教室 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ストレッチ・ヨーガ | 土 | 軽スポ | 18:00~19:30 | | ● | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | | | | | | ● | | | | | | |
| ストリートダンス | 火 | 軽スポ | 18:30~20:00 | | | | | ● | | | | | | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

ソフトテニス教室について

- ・4回予定になっていますが、内1回は雨天中止の調整日です。
- ・雨天による中止は、当日17時に判断します。
- 判断結果は、ホームページでご確認ください。
- ・天気が急転した場合は、その後に変更する事があります。
- 最新の情報をご確認願います。

臨時《事務局 受付窓口休業のお知らせ》

事務局員研修会出席のため、
7/2(土) 受付窓口をお休みします。
 誠に恐れ入りますが、ご了承願います。

