

かみのやまスポーツクラブカレンダー



平成28年12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
			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	土
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&トランポピクス	月	軽スポ					●							●							☆												
キッズソフトテニス	水	アリーナ							●						●								●										
ボディ・メンテナンス	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			●							●							●														
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						●							●						☆												
苦手克服体操	月	アリーナ					●							●																			
トランポリン	水	アリーナ							●						●								●										

12月19日(月)は、【クラブ活動発表会】です。

各教室への体験時間も企画しますので、
参加したことのない教室にぜひチャレンジしてください！

***** 年末年始休業のお知らせ *****
平成28年12月23日(金・祝)～平成29年1月4日(水)

短期教室 参加者募集中

- ・苦手克服体操教室 11/21・28、12/5・12
(月) 18:45～20:00
- ・トランポリン教室 11/30、12/7・14・21
(水) 19:30～20:30

詳細・申込は、
チラシ・ホームページをご覧ください。





かみのやまスポーツクラブカレンダー



平成28年11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
			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	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&トランポビクス	月	軽スポ	19:00~20:30													●							●						●			
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	講習室	14:00~15:30		●													●													●	
ストレッチ・ヨガ	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 (11日は、軽スポ)							ヨガ					ヨガ					
ピラティス	土	中部公民館	10:00~11:15					●							● (12日は、南部公民館)							●										
短期教室																																
ストレッチ・ヨガ	土	軽スポ	18:00~19:30																			●						●				
ストリートダンス	火	軽スポ	18:30~20:00							●							●							●							●	
ゴルフ	金	上山 ゴルフガーデン	16:30~17:30				●						●								●						●					

キッズ教室保護者の皆様へ (バラエティ、卓球、ミニバスケ、トランポリン、ソフトテニス)

【通常教室体験会】に是非ご参加ください。

お子様が各教室を楽しんでいる時間に、
体を動かして、みませんか！

時間 (月) 19:00~19:45

参加料 1回券1,000円/5回券3,000円

- 10/31ボディ・メンテナンス
- 11/14ヨガ&フラダンス(フラ)
- 1/23ヨガ&フラダンス(ヨガ)
- 2/27ボディ・メンテナンス
- 3/6エアロ&トランポビクス



ソフトテニス教室について

アリーナ(屋内)での開催時期になりました。
屋内用シューズを持参ください。

バブルサッカー体験会 参加者募集中

- 10/10(月・祝)13時~
- 10/29(土)10時~
- 11/13(日)10時~

詳細・申込は、
ホームページをご覧ください。



かみのやまスポーツクラブカレンダー



平成28年10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	
			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	月	
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					●						●							●							●	(26日は、アリーナ)					
ボディ・メンテナンス	水	講習室	14:00~15:30					●						●	(12日は、201会議室)						●													
ストレッチ・ヨガ	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	(14日は、軽スポ)						ヨガ								ヨガ			
ピラティス	土	軽スポ	10:00~11:15	●															●	(15日は、武道場)												●		
短期教室																																		
ストレッチ・ヨガ	土	軽スポ	18:00~19:30	●													●																	
ストリートダンス	火	軽スポ	18:30~20:00								●										●						●							
ゴルフ	金	上山 ゴルフガーデン	16:00~17:00						●							●							●						●					

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。
- ・10/26よりアリーナ(屋内)で開催します。屋内用シューズをご準備下さい。

ボディ・メンテナンス教室のお知らせ

10月~「腰痛緩和体操教室」を「ボディ・メンテナンス教室」にリニューアルします。日頃何となく感じている体の不快を改善する内容です。どなたでも、初回は無料体験できます。詳しくは、チラシやホームページをご覧ください。

