

スポろ～れ燕R2年度 第3期教室カレンダー

No	事業名	曜日	時間	会場	10月	11月	12月	合計回数
1	健やかヨーガ教室	月	10:00～11:30	燕市体育センター・武道館	12.19.26	2.9.16.30	7.14.21	10回
2	英語であそぼう教室	月	19:00～20:00	燕市体育センター・ミーティングルーム	12.19.26	2.9.16.30	7.14.21	10回
3	ボディメイクシェイプ	火	19:15～20:00	燕市体育センター・中アリーナ	13.20.27	10.17.24	1.8.15.22	10回
4	FAT BURN(脂肪燃焼教室)	火	20:15～21:00	休講いたします				
5	はじめてヨーガ 火曜	火	19:00～20:00	休講いたします				
6	みんなのヨーガ 火曜	火	20:15～21:15	燕市体育センター・第3研修室	13.20.27	10.17.24	1.8.15.22	10回
7	グラウンドゴルフ教室	水	9:30～11:30	燕市交通公園(雨天時:スポーツランド燕)	7.21.28	4.11.18.25	2.9.16	10回
8	女性テニス教室(レベルUP)	水	10:00～12:00	燕市体育センター・アリーナ	7.21.28	4.11.18.25	2.9.16	10回
9	コンディショニング教室	水	10:00～11:30	燕市体育センター・武道館	7.21.28	4.11.18.25	2.9.16	10回
10	健康づくりスポレック	水	13:30～15:00	燕市体育センター・アリーナ	7.21.28	4.11.18.25	2.9.16	10回
11	はじめてフィットネス	水	14:00～15:00	燕市体育センター・武道館	7.21.28	4.11.18.25	2.9.16	10回
12	体イキイキ骨ナビエクササイズ	水	15:30～16:30	燕市体育センター・武道館	7.21.28	4.11.18.25	2.9.16	10回
13	燕放課後すぽ一つたいむ	水	17:00～17:45	燕市体育センター・中アリーナ	7.21.28	4.11.18.25	2.9.16	10回
14	女性テニス教室	木	9:15～11:15	燕市体育センター・アリーナ	8.22.29	5.12.19.26	3.10.17	10回
15	スマイルエアロビ教室	木	10:00～11:00	燕市体育センター・武道館	8.22.29	5.12.19.26	3.10.17	10回
16	水中運動教室	木	12:00～13:00	B&G海洋センター	8.22.29	5.12.19.26	3.10.17	10回
17	はじめてヨーガ木	木	19:00～20:00	燕市体育センター・第3研修室	8.22.29	5.12.19.26	3.10.17	10回
18	みんなのヨーガ教室 木	木	20:15～21:15	燕市体育センター・第3研修室	8.22.29	5.12.19.26	3.10.17	10回
19	エンジョイスポレック教室	金	10:00～11:30	燕市体育センター・アリーナ	2.9.23.30	13.20.27	4.11.18	10回
20	美呼吸姿勢教室(ブリービクス)	金	10:30～11:30	燕市体育センター・武道館	2.9.23.30	13.20.27	4.11.18	10回
21	ゆがみ改善! 骨盤呼吸体操	金	14:30～15:30	燕市体育センター・武道館	2.9.23.30	13.20.27	4.11.18	10回
22	わんぱくスポーツ教室	金	19:00～20:00	燕市体育センター・中アリーナ	2.9.23.30	13.20.27	4.11.18	10回
23	バウンドテニス教室	金	20:00～21:30	燕市体育センター・中アリーナ	2.9.23.30	13.20.27	4.11.18	10回
24	親子かけっこ教室	土	14:00～15:30	分水武道館	3.10.24.31	7.14.21	5.26	9回