

令和7年度 秋のスポーツ教室 教室内容

※申込用紙に、番号と教室名をご記入ください。

対象	番号	教室名	開催日				曜日	時間	会場	定員	指導者
			9月	10月	11月	12月					
高校生以上	1	エアロビクスで健康になろう	5・12・19・26	3・10・24・31	7・21		金	9:30～10:50	総合体育館 サブアリーナ	30	市川妙子
	2	アロマヨガ	6・13・27	4・11・18・25	1・8・15		土	11:00～12:00	中央体育館 武道場	20	三樹ひろみ
	3	中高年のラージボール卓球	11・18・25	9・16・23・30	6・13・20		木	13:00～15:00	総合体育館 卓球場	20	卓球協会
高校生以上 女性	4	しなやか健康体操	3・17・24	1・8・22・29	5・12・19		水	9:15～10:50	総合体育館 武道場	20	榊原節子
	5	女性ソフトテニス	10・17・24	1・8・15・22・29	5・12		水	10:00～12:00	きららテニスコート	30	ソフトテニス協会
	6	女性テニス	4・11・18・25	2・9・16・23・30	6		木	9:00～11:00	善明市民広場 テニスコート	25	嶋崎文彦
小学生	7	初めてのスケートボード 未経験・初級者対象	6・13・20・27	4・11・18・25	1・8		土	10:00～11:00	中原インターチェンジ 高架下スポーツ施設	20	松金 暁 石川 紘
	8	ストリートダンス入門！ 初めてのヒップホップ	6・13・20・27	4・11・18・25	1・8		土	9:45～10:45	総合体育館 サブアリーナ	20	杉浦功一
	9	小学生エンジョイ卓球 ★障がい者、3名参加者募集!!	6・13・27	4・11・18・25	1・8・15		土	19:00～20:45	中央体育館 卓球場	20 (3)	卓球協会
小学生 6年生	10	初めてのバレーボール	9・30	7・21・28	11・18	2・9・23	火	17:30～19:00	総合体育館 サブアリーナ	15	中村裕介 中村佳子
年長児	11	わんぱくキッズ かけっこ&ボールを使う運動教室	12・19	3・10・17・24	7・21	5・12	金	17:15～18:30	総合体育館 武道場	15	中村里佳 柵木真里子
親子 (1歳～未就園児)	12	親子ふれあい体操	11・18・25	2・9・16・23	6・13・20		木	9:30～10:50	総合体育館 武道場	20組	中村里佳 柵木真里子
	13	親子運動あそびとママリフレッシュ	26	3・10・17・24	7・14・21・28	5	金	9:30～10:50	吉良野外趣味 活動施設	15組	NPO法人アイティ ア体操協会