



2019年度 NPO法人うとスポーツクラブ 活動プログラム 第1期

\* 予定のため変更になることがあります。変更のお知らせは市民体育館掲示版とホームページでお知らせします。最新のプログラムはホームページ又は事務局でご確認下さい。

| 屋内種目                                       |       | 場 所            | 基本日程     | 開始時間  | 4 月                  |                        |                          |                    | 5 月 |    |    |    | 6 月 |    |    |    | 7 月 |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|--|-------|----------------|----------|-------|----------------------|------------------------|--------------------------|--------------------|-----|----|----|----|-----|----|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|----|
| フットサル                                      | サークル  | 市民体育館/鶴中第2G    | 毎週 土曜日   | 19:30 | 6                    | 13                     | 20                       | 27                 | 4   | 11 | 18 | 25 | 1   | 8  | 15 | 22 | 29  | 6   | 13 | 20 | 27 |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| アーチェリー                                     | サークル  | 網津地区体育館 *      | 毎週 土曜日   | 19:00 | 6                    | 13                     | 20                       | 27                 | 4   | 11 | 18 | 1  | 8   | 15 | 22 | 29 | 6   | 13  | 20 | 27 |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| エンジョイバスケットボール                              | サークル  | 宇土東小           | 毎週 月曜日   | 19:30 | 1                    | 15                     | 22                       | 13                 | 20  | 3  | 10 | 17 | 24  | 1  | 8  | 22 | 29  |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| キッズバレーボール                                  | サークル  | 市民体育館          | 毎週 日曜日   | 18:00 | 14                   | 21                     | 28                       | 19                 | 26  | 2  | 16 | 23 | 28  |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| バレーボール                                     | 教室    | 市民体育館          | 毎週 木・日曜日 | 19:00 | 4                    | 11                     | 14                       | 18                 | 21  | 25 | 28 | 2  | 9   | 19 | 26 | 2  | 6   | 9   | 13 | 16 | 20 | 23 | 27 | 4  | 11 | 18 | 25 | 28 |   |    |    |    |    |    |
| ソフトバレーボール                                  | サークル  | 宇土小学校体育館       | 毎週 月・金曜日 | 20:00 | 1                    | 5                      | 12                       | 15                 | 19  | 22 | 26 | 10 | 13  | 17 | 20 | 24 | 27  | 31  | 3  | 7  | 10 | 14 | 17 | 21 | 24 | 28 | 1  | 5  | 8 | 12 | 19 | 22 | 26 | 29 |
| ハンドボール(一般)                                 | サークル  | 宇土高校第1体育館      | 毎週 金曜日   | 20:00 | 5                    | 12                     | 19                       | 26                 | 10  | 17 | 24 | 31 | 7   | 14 | 21 | 28 | 5   | 12  | 19 | 26 |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| ハンドボールキッズ                                  | 教室    | 市民体育館/宇土小体育館   | 毎週 土曜日   | 17:00 | 6                    | 13                     | 20                       | 27                 | 18  | 25 | 1小 | 8小 | 22小 | 29 | 6  | 13 | 20小 | 27小 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| ハンドボール(中学男子) new                           | アカデミー | 宇土高校第1体育館      | 毎週 金曜日   | 19:45 | 5                    | 12                     | 19                       | 26                 | 10  | 17 | 24 | 31 | 7   | 14 | 21 | 28 | 5   | 12  | 19 | 26 |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  |       | 網津小学校体育館       | 毎週 土曜日   | 13:00 | 6                    | 13                     | 20                       | 27                 | 11  | 18 | 25 | 1  | 8   | 15 | 22 | 29 | 6   | 13  | 20 | 27 |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| バドミントン(初級)                                 | サークル  | 宇土東小学校体育館      | 毎週 火曜日   | 19:30 | 2                    | 9                      | 16                       | 23                 | 7   | 14 | 21 | 28 | 4   | 11 | 18 | 25 | 2   | 9   | 16 | 23 |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| バドミントン(中級)                                 | サークル  | 市民体育館          | 毎週 月曜日   | 19:30 | 1                    | 8                      | 15                       | 22                 | 29  | 6  | 13 | 20 | 27  | 3  | 10 | 17 | 24  | 1   | 8  | 15 | 22 | 29 |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 屋内種目                                       |       | 場 所            | 基本日程     | 開始時間  | 4 月                  |                        |                          |                    | 5 月 |    |    |    | 6 月 |    |    |    | 7 月 |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| バウンドテニス                                    | 火曜    | 市民体育館          | 毎週 火曜日   | 13:30 | 2                    | 16                     | 23                       | 30                 | 7   | 14 | 21 | 28 | 4   | 11 | 18 | 25 | 2   | 9   | 16 | 30 |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  | 水曜    | 市民体育館          | 毎週 水曜日   | 13:30 | 3                    | 10                     | 17                       | 24                 | 1   | 8  | 15 | 22 | 29  | 5  | 12 | 19 | 26  | 3   | 10 | 17 | 24 | 31 |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  | 金曜    | 市民体育館          | 毎週 金曜日   | 13:30 | 5                    | 12                     | 19                       | 26                 | 10  | 17 | 24 | 31 | 7   | 14 | 28 | 5  | 12  |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  | 走湯    | 4-9月市民体育館      | 毎週 月曜日   | 19:30 | 1                    | 8                      | 15                       | 22                 | 29  | 6  | 13 | 20 | 27  | 3  | 10 | 17 | 24  | 1   | 8  | 15 | 22 | 29 |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  | 網津    | 網津地区体育館        | 毎週 月曜日   | 19:30 | 1                    | 8                      | 15                       | 22                 | 29  | 6  | 13 | 20 | 27  | 3  | 10 | 17 | 24  | 1   | 8  | 15 | 22 | 29 |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  | 轟     | 轟地区体育館         | 毎週 木曜日   | 20:00 | 4                    | 25                     | 2                        | 9                  | 16  | 23 | 30 | 6  | 13  | 20 | 27 | 4  | 11  | 18  | 25 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 卓球(屋 ラージボール含む)                             | サークル  | 市民体育館/スポーツセンター | 毎週 土曜日   | 15:30 | 6                    | 13                     | 20                       | 27                 | 4   | ス  | 11 | 18 | 25  | 1  | ス  | 8  | ス   | 15  | 22 | ス  | 29 | 6  |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 卓球教室 (初級)                                  | 教室    | 市民体育館/スポーツセンター | 毎週 土曜日   | 15:30 | 6                    | 13                     | 20                       | 27                 | 4   | ス  | 11 | 18 | 25  | 1  | ス  | 8  | ス   | 15  | 22 | ス  | 29 | 6  |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 卓球サークル(夜の部)                                | サークル  | 市民体育館/スポーツセンター | 毎週 金曜日   | 19:00 | 5                    | 12                     | 19                       | 26                 | 3   | 10 | 17 | 24 | 31  | 7  | ス  | 14 | 21  | ス   | 28 | 5  | 12 | 19 | 26 | ス  |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  |       |                | 毎週 土曜日   | 19:30 | 6                    | 13                     | 20                       | 27                 | 11  | 18 | 25 | 1  | 8   | ス  | 15 | 29 | 6   | 13  | 27 | ス  |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 卓球教室 (久富クラス)                               | 教室    | 市民体育館/スポーツセンター | 金曜日 他    | 19:00 | 2火3水8月9火 14日ス 16火17水 | 1水 2木3金 10金 11土 16木17金 | 6土2日 3月4火5水6木11火12水      | 3水5金 6土 8月 13土 19金 |     |    |    |    |     |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
|  |       |                | 土曜/日曜 祝  | 18:30 | 18木 19金 24水 25木 30火  | 18土19日 20月21火 26日 27月  | 17月18火19水20木 21金ス 27木28金 | 22月23火24水29月30火    |     |    |    |    |     |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| ※ スはスポーツセンター                               |       |                |          |       |                      |                        |                          |                    |     |    |    |    |     |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 開催種目                                       |       | 場 所            | 基本日程     | 開始時間  | 4 月                  |                        |                          |                    | 5 月 |    |    |    | 6 月 |    |    |    | 7 月 |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| エコール・ド・バレエA(幼児)                            | アカデミー | コミュニティルーム      | 毎週 木曜日   | 16:30 | 11                   | 18                     | 25                       | 9                  | 16  | 23 | 30 | 6  | 13  | 20 | 27 | 4  | 11  | 18  | 25 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| エコール・ド・バレエB(小学)                            | アカデミー | コミュニティルーム      | 毎週 木曜日   | 17:45 | 11                   | 18                     | 25                       | 9                  | 16  | 23 | 30 | 6  | 13  | 20 | 27 | 4  | 11  | 18  | 25 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| エコール・ド・バレエC(中学以上)                          | アカデミー | コミュニティルーム      | 毎週 木曜日   | 19:30 | 11                   | 18                     | 25                       | 9                  | 16  | 23 | 30 | 6  | 13  | 20 | 27 | 4  | 11  | 18  | 25 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 開催種目                                       |       | 場 所            | 基本日程     | 開始時間  | 4 月                  |                        |                          |                    | 5 月 |    |    |    | 6 月 |    |    |    | 7 月 |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| トランポリン                                     | アカデミー | 市民体育館          | 月曜(月3回)  |       | 8                    | 15                     | 22                       | 13                 | 20  | 27 | 10 | 17 | 24  | 1  | 8  | 22 |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| ※ トランポリンは30分ごとのグループに分かれます。開始時間は担当者にお尋ね下さい。 |       |                |          |       |                      |                        |                          |                    |     |    |    |    |     |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| 短期講座 種目                                    |       | 場 所            | 基本日程     | 開始時間  | 4 月                  |                        |                          |                    | 5 月 |    |    |    | 6 月 |    |    |    | 7 月 |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| new わくわく体操 第1期                             | 短期    | コミュニティルーム      | 水曜日      | 13:00 | 10                   | 無料体験                   | 24                       | 8                  | 22  | 5  |    |    |     |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| new ヨーガ                                    | 短期    | コミュニティルーム      | 土曜日      | 10:30 | 25                   | 無料体験                   | 1                        | 15                 | 29  | 6  |    |    |     |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |
| * 短期講座 新規の わくわく体操 と ヨーガ は別途申込と参加料が必要です     |       |                |          |       |                      |                        |                          |                    |     |    |    |    |     |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |    |    |    |    |    |