

* 新型コロナウイルス感染防止のために別紙の「活動における留意事項」をご確認いただきご協力お願いいたします。急な変更があった場合、市民体育館掲示版とホームページでお知らせします。電話でのお問合せも受け付けます。

健康維持増進		場 所	基本日程	開始時間	8 月	9 月	10 月	11 月
ヨーガ *新	アカデミー	コミュニティルーム	土曜(月2回)	10:30	1 28 29	5 26	3 24	14 28
チアダンス	アカデミー	大会議室又はコミュニティ	第1・3金曜日	18:10	21 28	4 18	2 16	6 20
フラダンスサークル	サークル	市民体育館大会議室	第1・3・5金曜日	10:00	21	4 18	2 16 30	6 20
フラダンス教室	教室	市民体育館大会議室	毎週 木曜日	20:00	6 13 26 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
フラダンス	アカデミー	コミュニティルーム	毎週 月曜日	20:00	3 17 24 31	7 14 28	5 12 19 26	2 9 16 30
社交ダンス(岳野クラス)	教室	市民体育館大会議室	毎週 木曜日	18:30	6 13 26 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
3Bリフレッシュ体操	サークル	市民体育館大会議室	月曜(月3回)	13:30	3 24 31	7 14 28	5 12 19	2 9 16
3Bキッズたいそう	教室	市民体育館大会議室	月曜(月3回)	15:30	3 24 31	7 14 28	5 12 19	2 9 16
3Bジュニアたいそう	教室	市民体育館大会議室	月曜(月3回)	16:30	3 24 31	7 14 28	5 12 19	2 9 16
エアロビクス	サークル	市民体育館大会議室	第2・4土曜日	10:00	1 28	5 26	10 24	14 28
社交ダンス(有馬クラス)	教室	市民体育館大会議室	第1金曜、第2・3土曜	13:30	1 21 金 28	4 19 26	2 10 17	6 14 28
はじめてエアロビクス	サークル	市民体育館大会議室	毎週 月曜日	20:00	3 17 24 31	7 14 28	5 12 19 26	2 9 16 30
健康太極拳	サークル	市民体育館大会議室	毎週 木曜日	10:00	6 武道館 13 26 27	3 10 17 24	1 8 15 22	5 12 19 26
健康増進サークル		場 所	基本日程	開始時間	8 月	9 月	10 月	11 月
けんぞう ウォーキング	サークル	運動公園ウォーキングコース	第2・4木曜日	19:00	6 27	10 24	8 22	12 26
けんぞう ノルディックウォーク	サークル	立岡スポーツセンター	日曜日 他	9:00	22土 雨の時は 29土	6 雨の時は 26土	4 雨の時は 17土	1 雨の時は 28土
けんぞうニュースポーツ	サークル	市民体育館	第2・3・4・5火曜日	19:30	14 28 25	8 15 29	13 20 27	10 17 24
武道種目		場 所	基本日程	開始時間	8 月	9 月	10 月	11 月
テコンドー	教室	武道館	毎週 水曜日	17:00	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
		宇土小体育館/武道館	毎週 土・日曜日	15:00	1 2 8 9 16 22 23 29 30	5 6 12 13 19 20 26 武 27 武	3 4 10 11 17 18 24 25 31	1 7 8 武 14 15 21 22 28 29
柔道	サークル	武道館	毎週 水・金曜日	18:30	柔道はしばらくお休みです。再開が決まったらご連絡します。			
相撲	サークル	鶴城中相撲場	毎週 月・水・金曜日	17:00	3.5.7.12.14.17.19.21.24.26.28.31	2.4.7.9.11.14.16.18. 23.25.28.30	2.5.7.9.12.14.16.19.21.23.26.28.30	2.4.6.9.11.13.16.18.20.25.27.30
			毎週 土曜日	9:00	1 8 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
屋外種目		場 所	基本日程	開始時間	8 月	9 月	10 月	11 月
ソフトボール(初級)	サークル	運動公園G/立岡G	毎週 金曜日	20:00	7 14 21 28	4 11 18 立 25 立	2 立 9 立 16 23 30	6 立 13 20 立 27
ソフトボール(中級)	サークル	運動公園G/立岡G	毎週 火曜日	20:00	4 11 18 25	1 8 15 立 29 立	6 立 13 20 27	10 17 24
サッカー	教室	運動公園G/立岡G	毎週 水曜日	16:30	5 12 19 26	2 9 16 23 30	14 21 28	11 18 25
			毎週 土曜日	9:00	1 8 15 29	12 19 26	17 24	14 28
屋外種目		場 所	基本日程	開始時間	8 月	9 月	10 月	11 月
グラウンドゴルフ	サークル	運動公園グラウンド	毎週 金曜日	9:00	14 21 28	4 11 18 25	2 16 23 30	13 20 27
テニスサークル	サークル	運動公園テニスコート	毎週 月・火曜日	19:30	3 4 11 17 18 24 25	1 7 8 14 15 28 29	5 6 12 13 19 20 26 27	2 9 10 16 17 24 30
テニス教室	教室	運動公園テニスコート	毎週 月曜日	19:30	3 17 24 31	7 14 28	5 12 19 26	2 9 16 30
ソフトテニス	サークル	運動公園テニスコート	毎週 木曜日	19:30	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26

天候不良時に教室があるかどうか分からない場合は、うとスポーツクラブ事務局(23-3493)へお問い合わせください。また、スケジュール変更などは体育館掲示版、うとスポホームページでお知らせします。

