



* 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	29	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	29	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	29	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	29	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	29	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	22	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	28 金	29	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	29	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	29	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	29	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	21	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	武道館	5	29	12	13	19	20	26	27	3	4	10	11	17	18	24	25	31	1	7	8	14	15	21	22
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. 29 .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	24	21	28	4	11	18	立	25	立	2	立	9	立	16	23	30	6	市	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	29	9	16	23	30	14	21	28	4	11	18	25																		
			毎週 土曜日	9:00	1	8	25	29	12	19	26	立	17	24	31	7	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	6	運	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	29	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	29	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わからない場合は、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。

* 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をお願いいたします。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付可です。

屋内種目		場所	基本日程	開始時間	8月	9月	10月	11月
ボウリング	サークル	宇土パスカワールド	第1・3月曜日	19:00	3 24	28	5 19	2 16
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	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
アーチェリー	サークル	走潟体育館	毎週 土曜日	19:00	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
エンジョイバスケットボール	サークル	宇土東小体育館	毎週 月曜日	19:30	17 24 31	東小が利用できない為しばらくお休み		2 9 16 30
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	2 9 23 30	13 20 27	4 11 18 25	8 15 29
バレーボール	教室	市民体育館	毎週 木・日曜日	19:00	2 6 9 13 23 27 30	3 10 13 17 20 24 27	1 4 8 11 15 18 22 25 29	5 8 12 15 19 26 29
ソフトバレーボール	サークル	宇土小体育館/市民体育館	毎週 月・金曜日	20:00	3 7 14 17 21 24 28 31市	4 11 14 21 28 28市	10月は市体 2.5.9.12.16.19.23.26	2 6 9 13 16 20 27 30
ハンドボール(一般)	サークル	市民体育館/宇土高体育館	毎週 金曜日	19:30	4 11 18 25	2 9 16 23 30	5 12 19 26	6 13 19 27
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	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
バドミントン(初級)	サークル	宇土東小体育館/市民体育館	毎週 火曜日	19:30	11 18 25	8 15 22	6 13 20 27	10 17 24
バドミントン(中級)	サークル	市民体育館	毎週 月曜日	19:30	3 10 17 24 31	14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 30
屋内種目		場所	基本日程	開始時間	8月	9月	10月	11月
バウンドテニス	火曜	市民体育館	毎週 火曜日	13:30	4 18 25	1 8 15 29	6 13 20 27	10 17
	水曜	市民体育館	毎週 水曜日	13:30	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25
	金曜	市民体育館	毎週 金曜日	13:30	7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23	6 13 20 27
	走潟	走潟体育館	毎週 月曜日	19:30	3 10 17 24 31	14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30
	網津	走潟体育館で合同開催	毎週 月曜日	19:30	3 10 17 24 31	14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30
	轟	轟地区体育館	毎週 木曜日	19:30	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22	12 19 26
卓球(昼 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	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
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	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
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	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27
			毎週 土曜日	19:30	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
卓球教室(キッズクラス)	教室	市民体育館/スポーツセンター	毎週 土曜日	18:30	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28
卓球教室(久富クラス)	教室	市民体育館/スポーツセンター	月曜19:30/他平日19:00		1土 8土 9日 14金	1火 5土 8火 11金 12土	3土立 9金市 10土 11日 13火 17土	5木立 10火 11水 12木立 13金 14土
			土曜/日曜 祝	18:30	12土 23日 25火 26水 29土	13日 18金 19土 25金 26土	20火 25日 27火 28水 29木立 30金立 31土立	17火 20金 21土 26木立 27金 28土 29日
開催種目		場所	基本日程	開始時間	8月	9月	10月	11月
エコーランド・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	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
エコーランド・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	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
エコーランド・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	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26
開催種目		場所	基本日程	開始時間	8月	9月	10月	11月
トランポリン	アカデミー	市民体育館	月曜(月3回)	各クラス毎	3 17 24	14 28	5 12 19 26	9 16 30
親子でトランポリン new	短期	市民体育館	火曜(月3回)	10:00	*親子で1回¥1,100 年会費不要		6 13 27	10 17
トレーニングルーム	* トレーニングルームは1時間毎で、人数制限有り、予約優先制となっております。(感染防止対策期間中)						最新情報はホームページで	LINE
チーム	* スケジュールは各チームでご確認ください。						http://www.uto-sc.jp/	うとスポ公式アカウント
NPO法人うとスポーツクラブ (宇土市民体育館内) 電話 0964-23-3493 又は、0964-23-3472								 お友達追加でお知らせが届きます