

* 熊本県緊急事態宣言を受けて、1月19日(火)から2月7日(日)まで、夜の施設利用が20時までと制限がかかり、多くの変更があります。ご確認ください。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	12月	1月	2月	3月
ヨガ *新	アカデミー	コミュニティルーム	土曜(月2回)	10:30	19 26	16 23	20 27	6 27
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	11 (X)	15 29	5 12 19	5 19
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	4 18	15 29	5 19	5 19
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	3 10 17 24	7 14 (X) (X) (X)	18 25	4 11 18 25
フラダンスアカデミー	アカデミー	コミュニティルーム	毎週 月曜日	20:00	7 14 21	(X) (X) (X)	8 15 22	1 8 15 22 29
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	3 10 17 24	7 14 (X) (X) (X)	18 25	4 11 18 25
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	7 14 21	(X) (X) (X)	8 15 22	(X) (X) (X) 22 29
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	7 14 21	(X) (X) (X)	8 15 22	(X) (X) (X) 22 29
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	7 14 21	(X) (X) (X)	8 15 22	(X) (X) (X) 22 29
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	12 26	9 16	6 27	20 27
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	12 18 19	8 15 23	5 20 27	6 19 27
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	7 14 21	18 (X) (X)	8 15 22	1 8 15 22
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	3 10 17 24	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18 25
健康増進サークル		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3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	冬期休み		冬期休み	
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	6 雨の時は 19	17 雨の時は 24	7 雨の時は 21	6 雨の時は 14
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	8 15 22	12 (X) (X) (X)	9 16	9 16 23 30
武道種目		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3月
テコンドー	教室	武道館	毎週 水曜日	17:00	2 9 16 23	6 13 20 27	3 10 17 24	3 10 17 24 31
		武道館	毎週 土・日曜日	15:00	5 6 12 13 19 20 26 27	9 10 16 17 23 24 30 31	6 7 13 14 20 21 27 28	6 7 13 14 20 21 27 28
柔道	サークル	武道館	毎週 水・金曜日	18:30	2 4 9 11 16 18 23 25	6 8 13 15 20 22 27 29	3 5 10 12 17 19 24 26	3 5 10 12 17 19 24 26 31
相撲	サークル	鶴城中相撲場	毎週 月・水・金曜日	17:00	2.4.7.9.11.14.16.18.21.23.25	4.6.8.13.15.18.20.22.25.27.29	1.3.5.8.10.12.15.17.19.22.24.26	1.3.5.8.10.12.15.17.19.22.24.26.29.31
			毎週 土曜日	9:00	5 12 19 26	2 9 16 23 30	6 13 20 27	6 13 27
屋外種目		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3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	冬期休み		冬期休み	
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	冬期休み		冬期休み	
サッカー	教室	運動公園G/立岡G	毎週 水曜日	16:30	冬期休み		3 10 17 24	3 10 17 24 31
			毎週 土曜日	9:00	5 立 12 19	9 16 23 30 運	6 13 (X) 27	6 13 20 27
屋外種目		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3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	13:30	4 11 18	8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19 26
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	1 7 8 14 15 21 22	5 12 (X) (X) (X) (X)	(X) (X) 8 9 15 16 22	1 2 8 9 15 16 22 23 29 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	7 14 21	(X) (X) (X)	8 15 22	1 8 15 22 29
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	3 10 17 24	7 14 (X) (X) (X)	18 25	4 11 18 25

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。

* 熊本県緊急事態宣言を受けて、1月19日(火)から2月7日(日)まで、夜の施設利用が20時までと制限がかかり、多くの変更があります。ご確認ください。市民体育館掲示板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。

屋内種目		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3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	7 21	18 25	1 15	1 15
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	5 12 19 26	9 16 23 30	13 20 27	6 13 20 27
アーチェリー	サークル	走潟体育館	毎週 土曜日	19:00	5 12 19 26	9 16 23 30	13 20 27	6 13 20 27
エンジョイバスケットボール	サークル	宇土東小体育館/市民体育館	毎週月曜日/水曜日	19:30	しばらくは市民体育館(水) 2 9	6 23 30	10 24	10 17 24 31
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	13 20 27	10 17 24 31	7 14 21 28	7 14 21 28
バレーボール	教室	市民体育館	毎週 木・日曜日	19:00	3 10 13 17 20 24 27	7 10 14 17 21 24 28 31 18:00	4 7 11 14 18 21 25 28	4 7 11 14 18 21 25 28
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	19:30	7 11 14 18 21 25	8 15 18 22 29	5 12 15 19 22 26	1 5 8 12 15 19 22 26 29
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	11 18 25	8 15 22 29	5 12 19 26	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	5 小 12 19 26	9 小 16 市 23 30 市	6 13 20 27 小	6 13 20 27
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	小人は東小/大人は市体 1 8 15 22	5 12 19 26	9 16	2 9 16 23 (東小は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	7 14 21	11 18 25	8 15 22	1 8 15 22 29
屋内種目		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3月
バウンドテニス	火曜	市民体育館	毎週 火曜日	13:30	1 8 15 22	5 19 26	2 9 16 23	2 9 16 23 30
	水曜	市民体育館	毎週 水曜日	13:30	2 9 16 23	6 13 20 27	3 10 17 24	3 10 17 24 31
	金曜	市民体育館	毎週 金曜日	13:30	11 18 25	8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19 26
	走潟	走潟体育館	毎週 月曜日	19:30	7 14 21	11 18 25	8 15 22	1 8 15 22 29
	網津	走潟体育館で合同開催	毎週 月曜日	19:30	7 14 21	11 18 25	8 15 22	1 8 15 22 29
	轟	轟地区体育館	毎週 木曜日	19:30	3 10 17 24	7 14 21 28	11 18 25	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	5 立 12 19 立 26	9 立 16 23 30 市	6 立 13 立 20 27 立	6 立 13 市 20 27
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	5 立 12 19 立 26	9 立 16 23 30 市	6 立 13 立 20 27 立	6 立 13 市 20 27
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	4 立 11 18 25	8 15 22 29	5 12 19 26	5 立 12 市 19 26
			毎週 土曜日	19:30	5 立 12 19 26	9 立 16 23 18:00 30 18:00	6 18:00 13 20 27 立	6 立 13 立 20 立 27
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	5 立 12 19 26	9 立 16 23 18:00 30 18:00	6 18:00 13 20 27 立	6 立 13 立 20 立 27
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火 5土立 12土 13日 15火	7木立 8金 13水 14木 15金 16土市 17日	2火 3水18:30 9火 14日 16火	2火 3水 5金 6土 7日 12金市	
			土曜/日曜 祝	18:30	16水 17木立 19土 22火 23水 26土	23土18:00 24日 25日 30土18:00 31日	17水 18木立 19金 25木立	13土立 19金 20土立 21日 23火 28日
開催種目		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3月
エコー・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	3 10 17 24	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18 25
エコー・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	3 10 17 24	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18 25
エコー・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	3 10 17 24	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18 25
開催種目		場所	基本日程	開始時間	12月	1月	2月	3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	7 14 21	18 25	1 8 15	1 8 22 29
親子でトランポリン new	短期	市民体育館	火曜(月3回)	10:00	1 8 15 22	19 26	2 9 16	2 9 23 30
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 うとスポ公式アカウント お友達追加でお知らせが届きます
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/	
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								