

平成31年1月～3月 朝スポ開催一覧 【サ】サークルです。指導者はいません 平成30年12月7日現在

No.	曜	種目	会場	時間	1月			2月			3月						
1	月	ダンベル体操 〈一般〉	板倉会館	10:00～11:15	7	14	21	28	4	11	18	25	4	11	18	25	
2		初心者バドミントン 〈小学生～一般〉	朝日中学校 (体育館2階)	19:00～20:30	7	14	21	28	4	11	18	25	4	11	18	25	
3		月曜卓球【サ】 〈小学生～一般〉	朝日中学校 (卓球場)	19:00～20:45	7	14	21	28	4	11	18	25	4	11	18	25	
4	火	火曜エアロビクス 〈高校生～一般〉	板倉会館	9:15～10:30	7	8	15	22	5	12	19		5	12	19		
5		社交ダンス(中級) 〈一般〉	東刈谷市民センター	15:15～16:30	7	8	15	22	5	12	19		5	12	19		
6		ウェルビクス 〈一般〉	東刈谷市民館	19:00～20:15	7	8	15	22	5	12	19		5	12	19		
7	新	ソフトバレー&ニュースポーツ【サ】 〈小学4年生以上〉	朝日中学校 (体育館2階)	19:00～21:00	7	8	15	22	29	5	12	19	26	5	12	19	26
8	水	チアビクス 〈年中～小学3年〉	東刈谷市民センター	18:00～19:00	7	9	16	23	6	13	20		6	13	20		
9		水曜エアロビクス 〈小学4年生～一般〉		19:15～20:45	7	9	16	23	6	13	20		6	13	20		
10		ジュニアBクス 〈年中～小学3年〉	たんぼぼ	18:00～19:00	7	9		23		13		27		13		27	
11		3B体操&ソフトエアロビ 〈一般〉		19:15～20:40	7	9	16	23	6	13		27	6	13		27	
12		初心者ミニテニス 〈一般〉	東刈谷小学校	19:00～21:00	7	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13	20	27
13	水曜バドミントン【サ】 〈小学生～一般〉	朝日中学校 (体育館2階)	19:00～20:30	7	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13	20	27	
14	木	ソフトエアロビ&ヨガ 〈一般〉	東刈谷市民館	9:15～10:30	7	10	17	24	7	14	21		7	14	21	28	
15		グラビティエクササイズ 〈一般〉	たんぼぼ	13:30～15:00	7	10		24		14		28		14		28	
16	金	硬式テニス 〈一般〉	塩田テニスコート ☆サークル4回	9:00～11:00	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15	22	29
17		初心者ピラティス 〈一般〉	板倉会館	10:00～11:00		11		25		8		22		8		22	
18		初心者ダンベル 〈一般〉	板倉会館	13:30～14:45	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15	22	29
19		太極拳(制定拳) 〈一般〉	東刈谷市民センター	13:30～15:00	4	11	18	25	1	8	15		1	8	15		
20		初心者太極拳(太極拳) 〈一般〉		15:00～16:30	4	11	18	25	1	8	15		1	8	15		
21		卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 (卓球場)	19:00～20:45	4	11		25	1		15		1		15		
22		金曜卓球【サ】 〈小学生～一般〉				18		8	22		8	22	29		8	22	29
23		フォークダンス 〈一般〉	たんぼぼ	19:30～21:00	4	11		25	8	22			8	22			
24	エンジョイ朝スポ 〈一般〉 10キロ程度歩ける方	日帰りで大人の遠足。事前申込必要 開催日変更あり、参加費、交通費別途		4			25		22				22				
25	土	硬式テニス【サ】 〈一般〉	塩田テニスコートA面	9:00～11:00		12		26		9		23		9		23	
26		ミニテニス【サ】 〈小学生～一般〉	東刈谷小学校	13:00～17:00A	5	12	19	26	9	16	23		9	16	23	30	
27		ミニバスケットボール 〈小学生～一般〉		13:00～16:30B	5	B	B	A	9	16	23	9	16	23	B	B	
28	日	ウォーキング(約5km) 〈小学生～一般〉	たんぼぼ市民センター 1/6市原神社までW	8:00～9:00 電車賃190円持参	6	13	20		3	10	17		3	10	17		
29		サンデー卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 卓球場	15:00～17:00		13		27		10		24		10		24	
		運動効果測定・会員受付(木)	クラブハウス	14:00～17:00		10	17		7	14	21	28	7	14		28	
		測定・会員受付(土)		9:30～11:30											16		
		運動効果測定・会員受付(日)		9:30～11:30			13		3					10	17	24	31
会員受付 東刈谷小学校体育館(土)				13:30～16:30	ミニテニス、ミニバス開催時に事務局がいる時は会員受付します												
会員受付 上記以外も受け付けします				電話問い合わせ 090-7862-2049 事務局 山口 博子													

・19時以降、中学生以下の参加は保護者同伴又は送迎をお願いします。【事故防止のため】