

# 令和5年度事業計画 (案)

## 1. 定期スポーツ教室

	教室	活動日	会 場	時 間	対 象
1	合気道	毎週火曜日	館山中柔道場	19：00～20：30	高校生以上
		毎週木曜日			小学生以上
2	ウォーキング	第1, 3金曜日	南総文化ホール前	19：00～20：00	小学生以上
3	卓球	第2, 4水曜日	市民体育館	19：30～21：00	小学生以上
4	バドミントン	第1, 3, 5水曜日	市民体育館	19：30～21：00	小学4年生以上
5	グラウンドゴルフ	毎週水曜日 祝・祭日は休み	中央公園	12：30～15：30	小学生以上
6	水泳	毎週金曜日	温水プール	15：00～16：00	18歳以上 (高校生除く)
7	社交ダンス	毎週月・水曜日	若潮ホール	13：00～15：00	小学生以上
8	健康体操	第1～4木曜日	若潮ホール	13：30～15：00	小学生以上
9	リズム＆ストレッチ	第2, 4火曜日	若潮ホール	19：30～20：45	小学生以上
10	マリンスポーツ	水曜日（4月～9月）	館山総合高校 ヨットハーバー	17：00～19：30	小学5年生以上
11	ブラジリアン柔術	水曜日	館山中柔道場	20：00～21：00	小学5年生以上

※活動日、活動時間については、天候・季節などにより変更（中止）になることがあります。会報、ホームページ  
または市の広報誌『だん暖たてやま』等でご確認ください。