

# 平成28年度事業計画

## 1. 定期スポーツ教室

	教 室	活動日	会 場	時 間	対 象
1	合気道	毎週木曜日	館山三中柔道場	19：00～20：30	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	バレー・ソフトバレーボール	第1, 3, 4月曜日	市民体育館	19：30～21：00	小学生以上
4	卓球	第2, 4水曜日	市民体育館	19：30～21：15	小学生以上
5	バドミントン	第1, 3, 5水曜日	市民体育館	19：30～21：15	小学生以上
6	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
7	水泳	毎週金曜日	温水プール	15：30～16：30	18歳以上 (高校生除く)
8	ソシアルダンス	毎週水曜	若潮ホール	13：30～15：30	小学生以上
		毎週土曜	豊津ホール	13：30～15：30	小学生以上
9	健康体操	第1, 3木曜日	イオンコミュニティホール	13：30～14：30	小学生以上
		第2, 4木曜日	若潮ホール	13：30～15：00	小学生以上
10	タップダンス	第1, 3火曜日	若潮ホール	19：30～20：45	小学生以上
11	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
12	セルフリフレクソロジー	第2金曜日	若潮ホール	13：30～14：30	小学生以上
13	ヨット（予約制）	4月～9月（水曜日）	館山総合高校 ヨットハーバー	17：30～19：30	小学5年生以上
14	ヨット&シーカヤック体験（予約制）	4月～9月（第1日曜日）	館山総合高校 ヨットハーバー	10：00～12：00	小学5年生以上
15	健身ストレッチ	第2, 4金曜日	若潮ホール	9：30～10：10	小学生以上
16	気功	第2, 4金曜日	若潮ホール	10：20～11：30	小学生以上
17	クッキング（予約制）	毎月第2日曜日	コミュニティ センター 2階調理室	13：00～16：00	小学生以上

※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。

※クッキング希望者は、活動日前日までに、指導者（宮本） 電話（27-5408）までお申込下さい。

※ヨット教室、ヨット&シーカヤック体験教室は予約制になりますので、希望者は指導者（鈴木）  
電話（080-6800-1395）までお申込み下さい。