

2016年 1月

## 定期スポーツ教室予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
		クラブ“わかしお”協賛店			元旦	年始休業
		TOPスポーツ 22-5216 望月スポーツ 22-0856 スポーツショップナカニシ 22-0121 グリーンスポーツ飯沼 22-9878 ダンス&ブティックキミ 24-0624 渡辺スポーツ卓球専門店 23-6123 ファミリーオ館山 22-8861 和(なごみ)からだなおし処 28-5139 ホーストレッキングパーク館山 050-5820-7286				
3	4	5	6	7	8	9
年始休業		タップダンス 若潮ホール 19:30 ~ 20:45	グラウンドゴルフ 中央公園 12:30 ~ 15:30	健康体操 イオンコミュニティホール 13:30 ~ 14:30	健身ストレッチ 若潮ホール 9:30 ~ 10:10	ソシアルダンス 豊津ホール 13:30 ~ 15:30
			ソシアルダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合氣道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30	氣功 若潮ホール 10:20 ~ 11:30	
			パドミントン 市民体育館 19:30 ~ 21:15		セルフリフレクソロジー 若潮ホール 13:30 ~ 14:30	
					水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	
10	11	12	13	14	15	16
クッキング コミセン2F調理室 13:00 ~ 16:00	成人の日		グラウンドゴルフ 中央公園 12:30 ~ 15:30	健康体操 若潮ホール 13:30 ~ 15:00	水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	ソシアルダンス 豊津ホール 13:30 ~ 15:30
			ソシアルダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合氣道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30	ウォーキング 南総文化ホール前 19:00 ~ 20:00	
			卓球 市民体育館 19:30 ~ 21:15			
17	18	19	20	21	22	23
	バレー・ソフトバレー 市民体育館 19:30 ~ 21:00	タップダンス 若潮ホール 19:30 ~ 20:45	グラウンドゴルフ 中央公園 12:30 ~ 15:30	健康体操 若潮ホール 13:30 ~ 15:00	健身ストレッチ 若潮ホール 9:30 ~ 10:10	ソシアルダンス 豊津ホール 13:30 ~ 15:30
			ソシアルダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合氣道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30	氣功 若潮ホール 10:20 ~ 11:30	
			パドミントン 市民体育館 19:30 ~ 21:15	リズム＆ストレッチ 若潮ホール 19:30 ~ 20:45	水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	
24	25	26	27	28	29	30
	バレー・ソフトバレー 市民体育館 19:30 ~ 21:00	リズム＆ストレッチ 若潮ホール 19:30 ~ 20:45	グラウンドゴルフ 中央公園 12:30 ~ 15:30	健康体操 若潮ホール 13:30 ~ 15:00	水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	
			ソシアルダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合氣道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30		
31			卓球 市民体育館 19:30 ~ 21:15			
若潮 マラソン大会						

## 【お知らせ】

☆屋外スポーツ教室は荒天の場合中止となる場合がございます。

☆クッキング希望者は、指導者(宮本)へ電話(27-5408)にてお申込みください。

☆1月12日(火)のリズム＆ストレッチ教室はお休みです。代わりに1月21(木)に開催いたします。