

2017年 10月

定期スポーツ教室予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
体力チェック 第三中体育館 17:00 ~ 20:30	社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	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 イオンコミュニティホール 13:30 ~ 14:30	水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	ハイキング 濃溝の滝 8:30 ~ 15:00
	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30		社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合気道 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	
	バレー・ソフトバレー・ボール 市民体育館 19:30 ~ 21:00 (休み・要連絡)		バドミントン 市民体育館 19:30 ~ 21:15			
8	9	10	11	12	13	14
クッキング コミセン2F調理室 13:00 ~ 16:00	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30	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	健身トレッチ 若潮ホール 9:30 ~ 10:10	スポーツ交流 スポネットちば 7:15 ~ 17:30
			社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30	気功 若潮ホール 10:20 ~ 11:30	
	体育の日		卓球 市民体育館 19:30 ~ 21:15		水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	
	市民スポレク祭					
15	16	17	18	19	20	21
	社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	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 イオンコミュニティホール 13:30 ~ 14:30	水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	
	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30		社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合気道 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	
	バレー・ソフトバレー・ボール 市民体育館 19:30 ~ 21:00 (休み・要連絡)		バドミントン 市民体育館 19:30 ~ 21:15			
22	23	24	25	26	27	28
	社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	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	健身トレッチ 若潮ホール 9:30 ~ 10:10	
	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30		社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30	気功 若潮ホール 10:20 ~ 11:30	
	バレー・ソフトバレー・ボール 市民体育館 19:30 ~ 21:00 (休み・要連絡)		卓球 市民体育館 19:30 ~ 21:15			
29	30	31				
	社交ダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00			クラブ“わかしお”協賛店 TOPスポーツ 望月スポーツ スポーツショップナカニシ グリーンスポーツ飯沼 ダンス＆ブティックキミ 渡辺スポーツ卓球専門店 アミリーオ館山 和(なごみ)からだなおし処 ホーストレッキングパーク館山 050-5820-7286		
	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30					

【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。

☆わかしおホームページ URL <http://spowan.com/>

☆水泳教室は温水プールのボイラーチェックのため10/23~11/8の間お休みします。

☆バレー・ソフトバレー・ボール教室は参加者が少ないため一時お休みいたします。

希望者がありましたら再開いたします。希望者はわかしお事務局(080-5085-2241)まで。



わかしおHP