



2019年度

スポーツプラスおおはる 活動カレンダー(7月)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	リラックスヨガ 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ からだスッキリ パレトン 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ スポーツ吹矢 14:00 ~ 15:00 サブアリーナ 元気いっぱいキッズ体操めだか 16:00 ~ 17:00 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ	いきいきウエルネスエクササイズ① 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ いきいきウエルネスエクササイズ② 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	休み	カーヴィーヨガ&ピラティスエクササイズ 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 パラエティエクササイズ 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室 楽しい幼児体操教室つばめ 16:00 ~ 17:00 サブアリーナ 小学生運動能力アップ教室 17:00 ~ 18:00 サブアリーナ ムーンライトヨガ 19:00 ~ 20:00 サブアリーナ	楽々かんたんフィットネス 9:15 ~ 10:15 サブアリーナ ちびっこ体操コア 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ ○短期 かんたんチェア体操 10:45 ~ 11:45 選手ミーティング室	休み
7	8	9	10	11	12	13
講座なし日	リラックスヨガ 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ からだスッキリ パレトン 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ 元気いっぱいキッズ体操めだか 16:00 ~ 17:00 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ	いきいきウエルネスエクササイズ① 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ いきいきウエルネスエクササイズ② 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	休み	アロハ!フラダンス① 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 アロハ!フラダンス② 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室 楽しい幼児体操教室つばめ 16:00 ~ 17:00 サブアリーナ 小学生運動能力アップ教室 17:00 ~ 18:00 サブアリーナ ○短期講座 運動チャレンジ教室 18:00 ~ 18:50 サブアリーナ	接骨院お勧め体操 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ	休み
14	15 海の日	16	17	18	19	20
講座なし日	講座なし日	休み	休み	カーヴィーヨガ&ピラティスエクササイズ 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 パラエティエクササイズ 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室 楽しい幼児体操教室つばめ 16:00 ~ 17:00 サブアリーナ 小学生運動能力アップ教室 17:00 ~ 18:00 サブアリーナ ムーンライトヨガ 19:00 ~ 20:00 サブアリーナ	楽々かんたんフィットネス 9:15 ~ 10:15 サブアリーナ ちびっこ体操コア 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ ○短期 かんたんチェア体操 10:45 ~ 11:45 選手ミーティング室	休み
21	22	23	24	25	26	27
○短期講座 鉄棒チャレンジ教室 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ とび箱チャレンジ教室 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	リラックスヨガ 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ からだスッキリ パレトン 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ スポーツ吹矢 14:00 ~ 15:00 サブアリーナ 元気いっぱいキッズ体操めだか 16:00 ~ 17:00 サブアリーナ 小中学生卓球教室 18:30 ~ 19:30 サブアリーナ	いきいきウエルネスエクササイズ① 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ いきいきウエルネスエクササイズ② 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	休み	アロハ!フラダンス① 9:30 ~ 10:30 武道場兼軽運動室 アロハ!フラダンス② 10:45 ~ 11:45 武道場兼軽運動室	接骨院お勧め体操 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ	休み
28	29	30	31	スポーツプラスおおはる 052-217-6211 FAX 052-217-6921 月・木 9:00~17:00 日・火・金 9:00~12:00 休み 土・スポーツセンター休館日(水・祝日の翌日・年末年始) ホームページ 大治町総合型地域スポーツクラブ スポーツプラスおおはる		
○短期講座 鉄棒チャレンジ教室 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ とび箱チャレンジ教室 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	講座なし日	いきいきウエルネスエクササイズ① 9:30 ~ 10:30 サブアリーナ いきいきウエルネスエクササイズ② 10:45 ~ 11:45 サブアリーナ	休み	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">検索</div> <div style="text-align: right;">   </div> </div>		