

2015年 10月

## 定期スポーツ教室予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
	クラブ“わかしお”協賛店			合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30	水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	ソーシャルダンス 豊津ホール 13:30 ~ 15:30
	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				ウォーキング 南総文化ホール前 19:00 ~ 20:00	
4	5	6	7	8	9	10
	バレー・ソフトバレーボール 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	ソーシャルダンス 豊津ホール 13:30 ~ 15:30
			ソーシャルダンス 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	
			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	
11	12	13	14	15	16	17
クッキング コミセン2F調理室 13:00 ~ 16:00	体育の日 館山市民スポーツ・ レクリエーション祭	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	ソーシャルダンス 豊津ホール 13:30 ~ 15:30
			ソーシャルダンス 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	
			卓球 市民体育館 19:30 ~ 21:15			
18	19	20	21	22	23	24
	バレー・ソフトバレーボール 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	ソーシャルダンス 豊津ホール 13:30 ~ 15:30
			ソーシャルダンス 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	千葉県総合型 地域スポーツクラブ 交流体会 スポネットちば 2015
			パドミントン 市民体育館 19:30 ~ 21:15		水泳 温水プール 15:30 ~ 16:30	
25	26	27	28	29	30	31
	バレー・ソフトバレーボール 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	合気道 館山三中柔道場 19:00 ~ 20:30		
			ソーシャルダンス 若潮ホール 13:00 ~ 15:00			
			卓球 市民体育館 19:30 ~ 21:15			

## 【お知らせ】

- ☆定期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。
- ☆今年度のヨット教室は終了しました。