

平成29年度島根県立体育館（後期）スポーツ教室実施予定表

☒ 休講日

曜日	教室名	時間	開講式	10月			11月			12月			1月			2月			3月		回数	閉講式							
火	のびやか3B体操	10:00~11:30	10/17	8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13	3/13	
	だれでもソフトテニス	10:00~12:00		8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
	卓球・ラージボール（火）	13:30~15:30		8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
	軽スポーツ	14:00~15:30		8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
	ステップエアロ	13:00~14:30		8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
	キッズ広場	15:20~16:20		8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
	体操競技クラブ	16:30~18:30		8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
	ソフトテニス（夜）	19:00~20:50		8	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13		
水	フォークダンス（昼）	13:30~15:00	10/18	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14	3/14	
	キッズ体操	15:20~16:20	10/25	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14		
	体操競技クラブ	16:30~18:30	火曜日の欄に記載	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14		
	ジュニアバドミントン	17:00~18:30	10/18	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14		
	テニス（水）	19:00~20:50		4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14		
	フォークダンス（夜）	19:00~20:50		4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14		
ヨガ（木）	10:00~11:30	10/19		5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	8	15	22	1	8	15			
木	ソフトテニスクラブ	10:00~12:00	10/26	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15	18 (体操競技のみ 36)	3/15
	女性軽スポーツ	13:30~15:00	10/12	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15		
	ふれあい広場	16:00~17:00		5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15		
	ジュニア卓球	17:00~18:30		5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15		
	体操	17:00~18:30	10/19	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15		
	介護予防体操	19:00~20:30		5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15		
	トランポリン	19:00~20:50		5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15		
	バドミントン	19:00~20:50		5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15		
	テニス（金）	10:00~12:00		10/6	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9		
はじめてのバドミントン	13:30~15:30	6	13		20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16			
金	ジュニアテニス	17:00~18:30	10/13	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16	3/16	
	ヨガ（金）	19:00~20:30		6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16		
	卓球・ラージボール（金）	19:00~20:50		6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16		
	レクリエーションバレークラブ	19:00~20:50		6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16		
	ソフトバレーボールクラブ	19:00~20:50		6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16		