

平成30年度島根県立体育館（前期）スポーツ教室実施予定表

曜日	教室名	時間	開講式	休館日																															閉講式
				4月				5月				6月				7月				8月				9月				10月							
火	のびやか3B体操	10:00~11:30	4/3	3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	10/2		
	だれでもソフトテニス	10:00~12:00		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9			
	卓球・ラージボール（火）	13:30~15:30		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9			
	軽スポーツクラブ	14:00~15:30		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9			
	ステップエアロ	13:00~14:30		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9			
	キッズ広場	15:20~16:20		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9			
	体操競技クラブ	16:30~18:30		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9			
	ソフトテニス（夜）	19:00~20:50		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9			
水	フォークダンス（昼）	13:30~15:00	4/11	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	9/19			
	キッズ体操	15:20~16:20		4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10				
	体操競技クラブ	16:30~18:30		4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10				
	アクティブジュニアスポーツ	17:00~18:30		4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10				
	テニス（水）	19:00~20:50		4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10				
	フォークダンス（夜）	19:00~20:50		4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10				
木	ヨガ（木）	10:00~11:30	4/12	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	9/27			
	ソフトテニスクラブ	10:00~12:00	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
	女性軽スポーツクラブ	13:30~15:00	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
	ふれあい広場	16:00~17:00	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
	ジュニア卓球	17:00~18:30	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
	体操	17:00~18:30	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
	介護予防体操	19:00~20:30	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
	トランポリン&スラックライン	19:00~20:50	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
	バドミントン	19:00~20:50	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11					
金	テニス（金）	10:00~12:00	4/6	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	9/21				
	転ばぬ先の筋肉	14:00~15:00		6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5					
	ジュニアテニス	17:00~18:30		6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5					
	ヨガ（金）	19:00~20:30	4/13	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5					
	卓球・ラージボール（金）	19:00~20:50	4/6	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5					
	レクリエーションバレークラブ	19:00~20:50		6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5					
	ソフトバレーボールクラブ	19:00~20:50		6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5					