

令和8年度島根県立体育館前期スポーツ教室実施予定

■ 休講日

5.8改訂版

曜日	教室名	時間	開講日	4月				5月				6月				7月				8月				9月				10月	閉講日			
火	のびやか3B体操	10:00~11:30	4/7	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	9/15	
	だれでもソフトテニス	10:00~12:00		7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6		
	卓球・ラージボール(火)	13:30~15:30		7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6		
	ソフトバレーボールクラブ(火)	14:00~15:30		7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6		
	キッズ広場	15:30~16:30		7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6		
	体操競技クラブ	16:45~18:45		7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6		
	ソフトテニス(夜)	19:00~21:00		7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	9/15	
水	フォークダンス	13:30~15:00	4/8	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	9/16
	キッズ体操	15:30~16:30		1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	
	体操競技クラブ	16:45~18:45	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7		
	テニス(水)	19:00~21:00	4/8	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	
	ヨガ(夜・水)	19:00~20:30	4/15	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	
木	健康フィットネス	10:00~11:30	4/16	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	9/17
	ソフトテニスクラブ	10:00~12:00	4/9	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
	女性軽スポーツクラブ	13:30~15:00		2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
	ジュニアスポーツ	16:00~17:00		2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
	ジュニア卓球	17:00~18:30		2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
	体操	17:00~18:30		2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
	トランポリン	19:00~21:00		2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
	バドミントン	19:00~21:00		2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
金	ヨガ(朝)	10:30~12:00	4/10	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	9/18
	テニス(金)	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	10/9
	キッズスポーツ	15:30~16:30		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	
	ジュニアテニス	17:00~18:30		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	
	卓球・ラージボール(金)	19:00~21:00		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	
	ヨガ(夜・金)	19:00~20:30	4/17	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	9/25
	レクリエーションバレーボールクラブ	19:00~21:00	4/10	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	10/9
	ソフトバレーボールクラブ(金)	19:00~21:00		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	
土	ピラティス	19:00~20:30	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