

春期スポーツ教室日程表



曜日	教室名	時間	実施場所	講師	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	
月	フレイル予防教室	9:30-10:30	多目的室	当館スタッフ	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24						
	ストレッチズ	9:30-10:30	多目的室	南先生	4/1	4/8	4/15	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8	7/22	7/29	8/5	
	太極拳	15:45-16:45	多目的室	神戸中国武術協会	4/1	4/8	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8	7/22	7/29	8/5	
	幼児体操教室 わくわく	15:15-16:15	競技場	ジュニアスポーツ指導員	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8				
	幼児体操教室 はつらつ	16:30-17:30	競技場	ジュニアスポーツ指導員	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8				
	小学生体操教室	17:45-18:45	競技場	ジュニアスポーツ指導員	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8				
	卓球教室(夜)	19:00-20:30	競技場	久世先生	4/1	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8	7/22	7/29	
火	朝ヨガ	9:30-10:30	多目的室	池田先生	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9	7/16	7/23	
	卓球(昼の部)	11:00-12:50	競技場	久世先生	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9	7/16	7/23	
	バドミントン(火曜日)	11:00-12:50	競技場	高井先生	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9	7/16	7/23	
	バドミントン(小中学生)	17:00-18:50	競技場	高井先生	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9	7/16	7/23	
	バドミントン(夜の部)	19:00-20:50	競技場	高井先生	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9	7/16	7/23	
	音浴ヨガ	19:20-20:35	多目的室	池田先生	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9	7/16	7/23	
水	みんなでエアロ	9:45-10:45	競技場	山本or谷澤先生	4/10	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/17	
	昼ヨガ	11:30-12:30	多目的室	池田先生	4/10	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/17	
木	親子体操	11:15-12:15	競技場	当館スタッフ	4/11	4/18	4/25	5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27				
金	シェイプアップ(託児付)	9:30-10:30	多目的室	山本先生	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19	
	バドミントン(金曜日)	11:00-12:50	競技場	高井先生	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19	
	健康トレーニング	13:30-14:30	多目的室	当館スタッフ	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19	
	キッズダンス	17:20-18:20	多目的室	アサマイコ先生	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19	
	週替わりレッスン	19:30-20:30	多目的室	レッスンにより変動	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19	
	神戸ストークスバスケットボール スクール(キッズ)	17:00-17:55	競技場	神戸ストークス	日程表は別途カレンダーにてご案内しております。 こちらの教室は「スクール制(通期制)」です。退会の届け出がない限り、継続受講となります。															
神戸ストークスバスケットボール スクール(ジュニア)	17:55-18:50	競技場																		