

コメっち\*わくわくクラブカレンダー (2016年7月～9月)

日	月	火	水	木	金	土
7月					1 サンフレッシュ ラージ卓球	2 タグラグビー 卓球スクール
3	4	5 ピラティス エアロビクス	6 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	7 グラウンドゴルフ テニス	8 サンフレッシュ ラージ卓球	9 サッカー
10	11 ラージ卓球	12 ピラティス エアロビクス	13 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	14 ノルディック テニス	15 サンフレッシュ ラージ卓球	16 タグラグビー
17	18	19 ピラティス エアロビクス	20 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	21 グラウンドゴルフ テニス	22 サンフレッシュ ラージ卓球	23 ゴルフ サッカー 卓球スクール
24 山歩き	25 ラージ卓球	26 ピラティス エアロビクス	27 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	28 ノルディック テニス	29 サンフレッシュ ラージ卓球	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
8月	1	2 ピラティス エアロビクス	3 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	4 グラウンドゴルフ テニス	5 サンフレッシュ ラージ卓球	6 タグラグビー サッカー
7	8 ラージ卓球	9 ピラティス エアロビクス	10 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	11 ノルディック テニス	12 サンフレッシュ ラージ卓球	13
14	15	16	17 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	18 グラウンドゴルフ テニス	19 サンフレッシュ ラージ卓球	20 タグラグビー 卓球スクール
21	22 ラージ卓球	23 ピラティス エアロビクス	24 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	25 ノルディック テニス	26 サンフレッシュ ラージ卓球	27 ゴルフ サッカー 卓球スクール
28	29	30 ピラティス エアロビクス	31 ラージ卓球			

⑭楽しい山歩き

第4回 7月24日(日) 朝日 大鳥池  
第5回 9月18日(日) 天童 面白山



⑯ゴルフスクール

第4回 7月23日(土)  
第5回 8月27日(土)  
第6回 9月24日(土)

場所：庄内ゴルフ倶楽部  
時間：13:00受付  
13:30パター・打席での練習

自分のフォーム  
や打席での指導  
が受けられるの  
で毎回大好評で

営業時間:9:00～21:30

休業日:第1・3・5月曜日

コメっち TEL/FAX 0234(43)2035 体育館 TEL0234(43)3347 FAX0234(43)4880

日	月	火	水	木	金	土
9月				1 グラウンドゴルフ テニス	2 サンフレッシュ ラージ卓球	3 タグラグビー
4	5	6 ピラティス エアロビクス	7 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	8 ノルディック テニス	9 サンフレッシュ ラージ卓球	10 サッカー 卓球スクール
11	12 ラージ卓球	13 ピラティス エアロビクス	14 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	15 グラウンドゴルフ テニス	16 サンフレッシュ ラージ卓球	17 タグラグビー
18 山歩き	19	20 ピラティス エアロビクス	21 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	22 テニス	23 サンフレッシュ ラージ卓球	24 ゴルフ サッカー 卓球スクール
25	26 ラージ卓球	27 ピラティス エアロビクス	28 水中ウォーク ラージ卓球 トランポリン	29 ノルディック テニス	30 ラージ卓球	

午前のコース	午後のコース	単発プログラム
①ラージボール卓球 第2・4月曜・毎週水・金 10:00～12:00 アリーナ	⑦脂肪燃焼エアロ 毎週火曜日 19:00～20:15 余目第四公	⑭楽しい山歩き 4月～10月
②美・健康ピラティス 毎週火曜日 10:30～11:30 児童高齢者室	⑧テニススクール 毎週木曜日 19:30～21:30 ほたるドーム	⑮スノーシュー・トロッピング 2月予定
③水中ウォーキング 毎週水曜日 10:45～11:30 アクア庄内	⑨卓球スクール 第2・4土曜日 19:00～21:00 アリーナ	⑯ゴルフスクール 4月～10月
④グラウンドゴルフ教室 第1・3木曜日 10:00～11:00 ほたるドーム	⑩トランポリン教室 毎週水曜日 19:30～21:00 児童高齢者室	⑰スキースクール 1月予定
⑤サンフレッシュ健康体操 毎週金曜日 10:00～11:15 児童高齢者室	⑪タグラグビー教室 第1・3土曜日 15:00～16:30 ほたるドーム	⑱Ecoボランティア 4月10日
⑥ノルディックウォーキング 第2・4木曜日 10:00～11:00 ほたるドーム	⑫キッズ⑬女子サッカー 第2・4土曜日 15:00～16:30 ほたるドーム	⑲ワコイソエイブ 5月以降予定

※単発プログラムの詳細・申込みチラシは総合体育館各公民館等に設置してあります。