一般社団法人　庄内町総合型スポーツクラブコメっちわくわくクラブカレンダー(2024年1月～3月)

2023.12/5

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
				ゆるゆらピラティス グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ	
7	8	9	10	11	12	13
		ピラティス (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球 ニュースポーツ体験会	ゆるゆらピラティス ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	キッズサッカー 女子サッカー
14	15	16	17	18	19	20
	休館日	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ゆるゆらピラティス グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	テニス
21	22	23	24	25	26	27
kidsあ・そ・び	(余)ラージ卓球	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ゆるゆらピラティス ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	キッズサッカー 女子サッカー
28	29	30	31			
	休館日	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球			

◆お知らせ　◆
・1/6ほたるドーム利用不可の為、テニススクールお休み
・1/8総合体育館利用不可の為、ラージボール卓球お休み

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				ゆるゆらピラティス グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	
4	5	6	7	8	9	10
	休館日	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ゆるゆらピラティス ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	キッズサッカー 女子サッカー
11	12	13	14	15	16	17
	(余)ラージ卓球	ピラティス (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球 ニュースポーツ体験会	ゆるゆらピラティス グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	テニス
18	19	20	21	22	23	24
kidsあ・そ・び	休館日	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ	キッズサッカー 女子サッカー
25	26	27	28	29		
	(余)ラージ卓球	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ゆるゆらピラティス テニス		

◆お知らせ　◆
・2/3ほたるドーム利用不可の為、テニススクールお休み
・2/13ソフトエアロビ、脂肪燃焼エアロビ　第三まちづくりセンターに変更
・2/23コメっちヨガお休み

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	テニス
3	4	5	6	7	8	9
	休館日	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ゆるゆらピラティス グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	キッズサッカー 女子サッカー
10	11	12	13	14	15	16
	(余)ラージ卓球	ピラティス (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球 ニュースポーツ体験会	ゆるゆらピラティス ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	
17	18	19	20	21	22	23
kidsあ・そ・び	休館日	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ゆるゆらピラティス グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	キッズサッカー 女子サッカー
24	25	26	27	28	29	30
	(余)ラージ卓球	ピラティス すこやか (ソ)エアロビ (脂)エアロビ (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球	ゆるゆらピラティス ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち＊ヨガ	テニス
31						

◆お知らせ　◆
・3/16ほたるドーム利用不可の為、テニススクールお休み

午前のコース

ラージボール卓球
毎週水・金曜日　第2・4月曜日
10:00～12:00　会場：アリーナ
毎週火曜日
14:00～15:00　会場：体育センター

美・健康ピラティス
毎月4回　火曜日
10:00～11:00　会場：児童高齢者室

グラウンドゴルフ
毎月第1・3木曜日
10:00～11:00　会場：ほたるドーム 他

サンフレッシュ健康体操
毎月4回　金曜日
10:00～11:30　会場：児童高齢者室

ノルディックウォーキング
毎月第2・4木曜日
10:00～11:00　会場：体育館周辺　他

ソフトエアロビ
毎月4回　火曜日
10:00～11:00　会場：第二まちづくりセンター

すこやか
毎月3回　火曜日
10:00～11:30　会場：研修室

Kids「あ・そ・び」
毎月1回　日曜日
9:30～11:00　会場：総合体育館　他

ゆるゆら健康ピラティス
毎月4回　木曜日
10:00～11:00　会場：児童高齢者室

ニュースポーツ体験会
毎月第2水曜日
10:00～11:00　会場：体育センター

午後のコース

脂肪燃焼エアロビ
毎月4回　火曜日
19:00～20:00　会場：第二まちづくりセンター

テニススクール
毎週木曜日　19:30～21:30　会場：ほたるドーム
毎月第1・3土曜日　15:00～16:30　会場：ほたるドーム

キッズサッカー
毎月第2・4土曜日
15:00～16:30　会場：ほたるドーム

女子サッカー
毎月第2・4土曜日
15:00～16:30　会場：ほたるドーム

コメっち＊ヨガ
毎週金曜日
19:00～20:15　会場：児童高齢者室

単発プログラム

楽しい山歩き
4月～10月

ゴルフスクール
4月～10月
（7月、10月コンペ開催）

【問い合わせ先】
総合体育館
TEL　0234-43-3347
体育センター
TEL　0234-25-5369