

日	月	火	水	木	金	土
7月	1	2	3	4	5	6
	休館日	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 (第3)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	テニス
7	8	9	10	11	12	13
	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 (立)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 (立)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 テニス
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 (立)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 (第3)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	ゴルフ テニス
21	22	23	24	25	26	27
kidsあ・そ・び	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	ゆるゆらピラティス (選)ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 (第3)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 テニス
28	29	30	31			
山歩き (飛鳥)	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◆
 ・7/2ピラティスお休み→7/30に振替
 脂肪燃焼エアロビ 第三まちづくりセンターに変更

日	月	火	水	木	金	土
9月	1	2	3	4	5	6
		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	(第3)サンフレッシュ コメっち*ヨガ
8	9	10	11	12	13	14
	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 (立)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 (第3)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 テニス
15	16	17	18	19	20	21
kidsあ・そ・び	休館日	(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 (立)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	(立)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	ゴルフ テニス
22	23	24	25	26	27	28
	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 (選)ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 (第3)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 テニス
29	30					
	休館日					

◆お知らせ◆
 ・9/6、18、20総合体育館利用不可(余目中学校体育祭、余目保育園運動会練習)の為、ラージボール卓球お休み→9/17に振替
 ・9/10ソフトエアロビ 第三まちづくりセンターに変更

日	月	火	水	木	金	土
8月				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 (第3)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	テニス
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 (第3)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	テニス
11	12	13	14	15	16	17
		ピラティス (立)ラージ卓球	(余)ラージ卓球 (立)ニュースポーツ体験会	グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球	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 (立)ニュースポーツ体験会	ゆるゆらピラティス (選)ノルディック テニス	(余)ラージ卓球 (第3)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 テニス
25	26	27	28	29	30	31
	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 グラウンドゴルフ テニス	(余)ラージ卓球 (立)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	テニス

◆お知らせ◆
 ・8/10ほたるドーム利用不可(しょうない氣龍祭準備)の為、キッズサッカー・女子サッカーお休み
 ・8/12総合体育館利用不可(しょうない氣龍祭片付け)の為、ラージボール卓球お休み
 ・8/13ソフトエアロビ、脂肪燃焼エアロビお休み
 ・8/15ゆるゆら健康ピラティスお休み→8/29に振替
 ・8/27脂肪燃焼エアロビ 第三まちづくりセンターに変更

午前のコース	午後のコース	単発プログラム
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:総合体育館アリーナ	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	楽しい山歩き 4月~10月
毎週火曜日 14:00~15:00 会場:体育センター	テニススクール 毎週木曜日 19:30~21:30 会場:ほたるドーム	ゴルフスクール 4月~10月
美・健康ピラティス 毎月4回 火曜日 10:00~11:00 会場:総合体育館児童高齢者室	毎週土曜日 18:00~21:00 会場:テニスコート	(10月コンペ開催)
ゆるゆら健康ピラティス 毎月4回 木曜日 10:00~11:00 会場:総合体育館児童高齢者室	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	
グラウンドゴルフ 毎月第1・3・5木曜日 10:00~11:00 会場:ほたるドーム 他	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	
サンフレッシュ健康体操 毎月4回 金曜日 10:00~11:30 会場:総合体育館児童高齢者室	コメっち*ヨガ 毎週金曜日 19:00~20:15 会場:総合体育館児童高齢者室	
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:総合体育館周辺他		
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:総合体育館研修室		
Kids「あ・そ・び」 毎月1回 日曜日 9:30~11:00 会場:総合体育館他		
ニュースポーツ体験会 毎月第3水曜日 14:00~15:00 会場:総合体育館他		
毎月第2水曜日 10:00~11:00 会場:体育センター		

【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