

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(2025年10月~12月)

10月

日	月	火	水	木	金	土
			1 (余)ラージ卓球	2 ※ゆるゆるピラティス グラウンドゴルフ テニス	3 (余)ラージ卓球 (余)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	4 (立)テニス
5	6 休館日	7 ピラティス すこやか ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	8 (余)ラージ卓球 (立)軽スポーツ教室	9 ※ゆるゆるピラティス ノルディックウォーキング テニス	10 (余)ラージ卓球 (立)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	11 (余)テニス 山歩き(上高地)
12 山歩き(上高地)	13 (余)ラージ卓球	14 ピラティス ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	15 (余)ラージ卓球 (余)軽スポーツ教室	16 ゆるゆるピラティス グラウンドゴルフ テニス	17 (余)ラージ卓球 (余)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	18 (余)テニス ゴルフコンペ
19 kidsあ・そ・び (卓球)	20 休館日	21 ピラティス すこやか ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	22	23 ゆるゆるピラティス ノルディックウォーキング テニス	24 (余)ラージ卓球 (立)サンフレッシュ コメっち*ヨガ	25 (余)テニス
26	27 (余)ラージ卓球	28 ピラティス すこやか ※ソフトエアロピクス ※エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	29 (余)ラージ卓球	30 グラウンドゴルフ テニス	31 (余)ラージ卓球 (余)サンフレッシュ	

◆お知らせ◆
 ・2日(木)ゆるゆる健康ピラティス研修室に変更
 ・9日(木)ゆるゆる健康ピラティス第二まちづくりセンター和室に変更
 ・22日(水)総合体育館利用不可の為、ラージボール卓球お休み
 ・28日(火)ソフトエアロピクス、エンジョイエアロピクス第四まちづくりセンターに変更

12月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2 ピラティス すこやか ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	3 (余)ラージ卓球	4 ゆるゆるピラティス グラウンドゴルフ テニス	5 (余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち*ヨガ	6 (余)テニス
7	8 (余)ラージ卓球	9 ピラティス ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	10 (余)ラージ卓球 (立)軽スポーツ教室	11 ゆるゆるピラティス ノルディックウォーキング テニス	12 (余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち*ヨガ	13 (余)テニス
14	15 休館日	16 ピラティス すこやか ※ソフトエアロピクス ※エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	17	18 ゆるゆるピラティス グラウンドゴルフ テニス	19 (余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち*ヨガ	20 (余)テニス
21 kidsあ・そ・び (野球)	22 (余)ラージ卓球	23 ピラティス すこやか ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	24 (余)ラージ卓球 (余)軽スポーツ教室	25 ゆるゆるピラティス ノルディックウォーキング テニス	26 (余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち*ヨガ	27 (余)テニス
28	29	30	31			

◆お知らせ◆
 ・16日(火)ソフトエアロピクス、エンジョイエアロピクス第三まちづくりセンターに変更
 ・17日(水)総合体育館利用不可の為、ラージボール卓球お休み

11月

日	月	火	水	木	金	土
						1 山歩き(霊山) (余)テニス
2	3 休館日	4 ピラティス すこやか ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	5 (余)ラージ卓球	6 ゆるゆるピラティス グラウンドゴルフ テニス	7 (余)ラージ卓球 コメっち*ヨガ	8 会員交流会
9	10 (余)ラージ卓球	11 ピラティス ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	12 (余)ラージ卓球 (立)軽スポーツ教室	13 ※ゆるゆるピラティス ノルディックウォーキング テニス	14 (余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち*ヨガ	15 (余)テニス
16 kidsあ・そ・び (ACP)	17 休館日	18 ピラティス すこやか ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	19 (余)ラージ卓球 (余)軽スポーツ教室	20 ※ゆるゆるピラティス グラウンドゴルフ テニス	21 (余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち*ヨガ	22 (余)テニス
23 30	24 (余)ラージ卓球	25 ピラティス すこやか ソフトエアロピクス エンジョイエアロピクス (立)ラージ卓球	26 (余)ラージ卓球	27 ※ゆるゆるピラティス ノルディックウォーキング テニス	28 (余)ラージ卓球 サンフレッシュ コメっち*ヨガ	29

◆お知らせ◆
 ・7日(金)サンフレッシュ健康体操お休み
 ・13日(木)ゆるゆる健康ピラティス研修室に変更
 ・20日(木)ゆるゆる健康ピラティス研修室に変更
 ・27日(木)ゆるゆる健康ピラティス研修室に変更
 ・29日(土)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	午後のコース
ラージボール卓球 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	エンジョイエアロピクス 火曜日(月4回) 19:00~20:00 会場:第二まちづくりセンター
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 毎週土曜日 15:00~17:00 会場:ほたるドーム 18:00~21:00 会場:テニスコート
美・健康ピラティス 火曜日(月4回) 10:00~11:15 会場:総合体育館児童高齢者室	コメっち*ヨガ 金曜日(月4回) 19:00~20:15 会場:総合体育館児童高齢者室
ゆるゆる健康ピラティス 木曜日(月4回) 10:00~11:30 会場:総合体育館児童高齢者室	単発プログラム
グラウンドゴルフ 第1・3・5木曜日 10:00~11:00 会場:ほたるドーム 他	楽しい山歩き 4月~10月
サンフレッシュ健康体操 金曜日(月4回) 10:00~11:30 会場:総合体育館児童高齢者室他	ゴルフスクール 4月~10月 (10月コンペ開催)
ノルディックウォーキング 第2・4木曜日 10:00~11:00 会場:総合体育館周辺他	
ソフトエアロピクス 火曜日(月4回) 10:00~11:00 会場:第二まちづくりセンター	
すこやか 火曜日(月3回) 10:00~11:30 会場:総合体育館研修室	
Kids「あ・そ・び」 第3日曜日 9:30~11:00 会場:総合体育館他	
軽スポーツ教室 第2水曜日(月1回) 10:00~11:00 会場:体育センター 第3水曜日(月1回) 14:00~15:00 会場:総合体育館他	

【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