

長岡蒼柴スポーツクラブ 2月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					健康ヨガ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ3階和室 柔道 (19:00-21:00)@高専柔道場	トライアスロン (12:30~14:30) @DPプール テニス【基礎コース】 (17:00-19:00) @高専第2体育館
3	4	5	6	7	8	9
早起親子体操教室 (8:00-9:00)@高専柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @DPプール 柔道 (9:30-11:30) @市民体育館柔道場	サッカー【基礎】 (17:45-18:45) @栖吉小学校体育館	サッカー【スキルアップ】 (18:00-19:00) @新組小学校体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @長岡高専第2体育館		めざせ！スポーツ万能スクール (18:00~19:00) @栖吉小体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @アオーレ長岡	健康ヨガ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ3階和室 柔道 (19:00-21:00)@高専柔道場	トライアスロン (12:30~14:30) ※前半プール @DPプール テニス【基礎コース】 (17:00-19:00) @高専第2体育館
10	11	12	13	14	15	16
早起親子体操教室 (8:00-9:00)@高専柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @高専第1体育館 柔道 (9:30-11:30)@高専柔道場		サッカー【スキルアップ】 (18:00-19:00) @新組小学校体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @長岡高専第2体育館		めざせ！スポーツ万能スクール (18:00~19:00) @栖吉小体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @アオーレ長岡	健康ヨガ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ3階和室	トライアスロン (12:30~14:30) ※前半プール @DPプール テニス【エンジョイコース】 (15:00~17:00) @新産体育館

長岡蒼柴スポーツクラブ 2月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
17	18	19	20	21	22	23
テニス【エンジョイコース】 (13:00～15:00) @市民体育館Bコート	サッカー【基礎】 (17:45-18:45) @栖吉小学校体育館	サッカー【スキルアップ】 (18:00-19:00) @新組小学校体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @長岡高専第2体育館		めざせ！スポーツ万能スクール (18:00～19:00) @栖吉小体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @長岡高専第2体育館	健康ヨガ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ3階和室 柔道 (19:00-21:00)@高専柔道場	テニス【エンジョイコース】 (12:00～14:00) @市民体育館Bコート トライアスロン (12:30～14:30) ※前半プール @DPプール テニス【基礎コース】 (17:00-19:00) @高専第2体育館
24	25	26	27	28		
早起親子体操教室 (8:00-9:00)@高専柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @高専剣道場 柔道 (9:30-11:30)@高専柔道場	サッカー【基礎】 (17:45-18:45) @栖吉小学校体育館	サッカー【スキルアップ】 (18:00-19:00) @新組小学校体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @長岡高専第2体育館		めざせ！スポーツ万能スクール (18:00～19:00) @栖吉小体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @アオーレ長岡		

テニスエンジョイコースの時間が変更になりました。ご注意ください。

長岡蒼柴スポーツクラブ事務局
 長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ2階(公財)長岡市スポーツ協会内
 TEL:0258-34-2130 FAX:0258-34-2170
 mail:info@aoshi-sc.com HP:http://www.aoshi-sc.com