

長岡蒼柴スポーツクラブ 9月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート	サッカー【週2】 (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @栖吉小学校体育館 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート	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 (19:00-20:30)@長岡東中武道場	トライアスロン (12:30-14:00) 前半スイム @DPプール
6	7	8	9	10	11	12
早起き親子体操教室 (9:30-10:30) @市民体育館小アリーナ 柔道 ①【小学生】9:30-10:30 ②【中学生以上】10:35-11:35 @市民体育館柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @市民体育館大アリーナ	サッカー【週1】 ①【3年生以下】17:05-17:55 ②【4年生以上】18:05-18:55 @栖吉小学校体育館 親子DEリズム体操教室 (17:30-18:15) @ダイエープロビスフェニック スプール2階コンコース	テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート	サッカー【週2】 (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @栖吉小学校体育館 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート	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 (19:00-20:30)@長岡東中武道場	キッズチャレンジ トライアスロン (12:30-14:00) 前半スイム @DPプール テニス【初心者】 (17:00-19:00) @南部体育館グリーンフロア
13	14	15	16	17	18	19
早起き親子体操教室 (9:30-10:30) @市民体育館小アリーナ 柔道 ①【小学生】9:30-10:30 ②【中学生以上】10:35-11:35 @市民体育館柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @DPプール人工芝	サッカー【週1】 ①【3年生以下】17:05-17:55 ②【4年生以上】18:05-18:55 @栖吉小学校体育館 親子DEリズム体操教室 (17:30-18:15) @ダイエープロビスフェニック スプール2階コンコース	テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート	サッカー【週2】 (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @栖吉小学校体育館 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート	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 (19:00-20:30)@長岡東中武道場	柔道 ①【小学生】15:20-16:20 ②【中学生以上】16:30-17:30 @市民体育館柔道場 テニス【初心者】 (17:00-19:00) @南部体育館グリーンフロア

長岡蒼柴スポーツクラブ 9月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
20	21	22	23	24	25	26
			サッカー【週2】 (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @ 栖吉小学校体育館 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @ 希望ヶ丘テニスコート	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 (19:00-20:30) @ 長岡東中武道場	キッズチャレンジ トライアスロン (12:30-14:00) 前半スイム @ DPプール テニス【初心者】 (17:00-19:00) @ 南部体育館グリーンフロア
27	28	29	30			
早起き親子体操教室 (9:30-10:30) @ 市民体育館小アリーナ 柔道 ①【小学生】9:30-10:30 ②【中学生以上】10:35-11:35 @ 市民体育館柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @ DPプール人工芝	サッカー【週1】 ①【3年生以下】17:05-17:55 ②【4年生以上】18:05-18:55 @ 栖吉小学校体育館 親子ROEリズム体操教室 (17:30-18:15) @ ダイエープロビスフェニック スプール2階コンコース	テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @ 希望ヶ丘テニスコート	サッカー【週2】 (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館			

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



クラブ連絡用掲示板