

長岡蒼柴スポーツクラブ 10月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
会場、時間、曜日等が変更になっていますので、 確認をお願いします。				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】9:30-10:30 ②【中学生以上】10:35-11:35 @ 市民体育館柔道場 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
4	5	6	7	8	9	10
アスレティックス (9:30-11:30) @DPプール人工芝	サッカー 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 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	アスレティックス (19:00-20:30) @ 栖吉中学校	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	
11	12	13	14	15	16	17
悠久山・東山 わくわく トライアスロン @DPプール 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	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 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 ①【3年生以下】17:05-17:55 ②【4年生以上】18:05-18:55 @ 南部体育館グリーンフロア アスレティックス (19:00-20:30) @ 栖吉中学校	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @ 市民体育館会議室 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】9:30-10:30 ②【中学生以上】10:35-11:35 @ 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 10月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
18	19	20	21	22	23	24
<p>早起き親子体操教室 (9:30-10:30) @市民体育館小アリーナ アスレティックス (9:30-11:30) @DPプール人工芝</p>	<p>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 @スプール2階コンコース</p>	<p>テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート</p>	<p>サッカー ①【3年生以下】17:05-17:55 ②【4年生以上】18:05~18:55 @南部体育館グリーンフロア アスレティックス (19:00-20:30) @栖吉中学校</p>	<p>めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @市民体育館会議室 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート</p>	<p>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</p>	<p>アスレティックス (9:30-11:30) @南部体育館アリーナA 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 トライアスロン (12:30-14:30) 前半スイム(短水路) @DPプール テニス【初心者】 (17:00-19:00) @希望ヶ丘テニスコート 雨天時、南部体育館グリーンフロア</p>
25	26	27	28	29	30	31
<p>早起き親子体操教室 (9:30-10:30) @北部体育館多目的ホール</p>	<p>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 @スプール2階コンコース</p>	<p>テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート</p>	<p>サッカー ①【3年生以下】17:05-17:55 ②【4年生以上】18:05~18:55 @栖吉小体育館 アスレティックス (19:00-20:30) @栖吉中学校</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>トライアスロン (12:00-14:00) 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</p>

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