

長岡蒼紫スポーツクラブ 2月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			サッカー (水) (18:00-19:00) @ 栖吉小学校	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @ 栖吉小学校 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @ 長岡高専第2体育館	健康ヨガ～けさじろ～ (10:30-11:30) @ 高齢者センターけさじろ 柔道 (19:00-20:30) @ 長岡高専柔道場	トライアスロン (12:00-14:00) @ DPプール テニス【キッズコース】 (17:00-19:00) @ 長岡高専第2体育館
5	6	7	8	9	10	11
早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @ 長岡高専柔道場 柔道 ①【小学生】9:30-10:30 ②【中学生以上】10:35-11:35 @ 長岡高専柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @ DPプール テニス【エンジョイコース】 (13:00-15:00) @ 長岡高専第2体育館	サッカー (月) ①【3年生以下】18:00-18:50 ②【4年生以上】19:00-20:00 @ 栖吉小学校 親子DEリズム体操教室 (17:15-18:00) @ DPプール アスレティックス (月) (18:15-19:00) @ DPプール2階コンコース	健康ヨガ～しなの～ (10:30-11:30) @ 高齢者センターしなの テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @ 長岡高専第2体育館	サッカー (水) (18:00-19:00) @ 栖吉小学校 アスレティックス (選手コース) (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) @ 栖吉小学校 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @ 長岡高専第2体育館	健康ヨガ～けさじろ～ (10:30-11:30) @ 高齢者センターけさじろ 柔道 (19:00-20:30) @ 長岡高専柔道場	トライアスロン (12:00-14:00)※短水路 @ DPプール
12	13	14	15	16	17	18
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	サッカー (月) ①【3年生以下】18:00-18:50 ②【4年生以上】19:00-20:00 @ 栖吉小学校 親子DEリズム体操教室 (17:15-18:00) @ DPプール アスレティックス (月) (18:15-19:00) @ DPプール2階コンコース	健康ヨガ～しなの～ (10:30-11:30) @ 高齢者センターしなの テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @ 長岡高専第2体育館	サッカー (水) (18:00-19:00) @ 栖吉小学校 アスレティックス (選手コース) (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) @ 栖吉小学校 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @ 長岡高専第2体育館	健康ヨガ～けさじろ～ (10:30-11:30) @ 高齢者センターけさじろ 柔道 (19:00-20:30) @ 長岡高専柔道場	トライアスロン (12:00-14:00) @ DPプール テニス【キッズコース】 (17:00-19:00) @ 長岡高専第2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
19	20	21	22	23	24	25
早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @長岡高専柔道場 柔道 ①【小学生】9:30-10:30 ②【中学生以上】10:35-11:35 @長岡高専柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @長岡高専第2体育館	サッカー（月） ①【3年生以下】18:00-18:50 ②【4年生以上】19:00-20:00 @栖吉小学校	健康ヨガ～しなの～ (10:30-11:30) @高齢者センターしなの テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @長岡高専第2体育館	サッカー（水） (18:00-19:00) @栖吉小学校 アスレティックス （選手コース） (19:00-20:30) @栖吉中学校	天皇誕生日	健康ヨガ～けさじろ～ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ 柔道 (19:00-20:30) @長岡高専柔道場	テニス【キッズコース】 (17:00-19:00) @長岡高専第2体育館
26	27	28				
早起き親子体操教室 (9:30-10:30) @市民体育館2階剣道場 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2階柔道場 アスレティックス (9:30-11:30) @DPプール	サッカー（月） (18:30-19:30) ※全学年同じ時間に実施します。 @市民体育館大アリーナB 親子DEリズム体操教室 (17:15-18:00) @DPプール アスレティックス（月） (18:15-19:00) @DPプール2階コンコース	健康ヨガ～しなの～ (10:30-11:30) @高齢者センターしなの テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @長岡高専第2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



公式LINE