長岡蒼柴スポーツクラブ 8月　活動予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					柔道 (19:00-21:00) @長岡高専柔道場	
3	4	5	6	7	8	9
柔道 (9:30ー11:30) @市民体育館柔道場	**サッカー（月）、（中学生)** （18:00-19:00) @市民体育館大アリーナBC ※小中一緒の活動となります。 **アスレティックス（月)** (18:00-19:00) @DPプール	**健康ヨガ～しなの～** ①9:30-10:30 ②10:45-11:45 @高齢者センターしなの **テニス【アスリート】** (19:00-21:00) @長岡高専テニスコート	**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)** @栖吉中体育館 (19:00～20:30)	**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) @長岡高専テニスコート	**健康ヨガ～けさじろ～** (10:00-11:00) @高齢者センターけさじろ	**トライアスロン** (12:00-14:00) @DPプール 事務局休業期間（～8/13）
10	11	12	13	14	15	16
アスレティックス（日) （9:15-11:15) @南部体育館グリーンフロア	**柔道** (9:30-11:30) @市民体育館柔道場	**健康ヨガ～しなの～** ①9:30-10:30 ②10:45-11:45 @高齢者センターしなの **テニス【アスリート】** (19:00-21:00) @希望ヶ丘テニスコート				

事務局休業期間（～8/13）

長岡蒼柴スポーツクラブ 8月　活動予定

日	月	火	水	木	金	土
17	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**
早起き親子体操教室 (7:30-8:30) @長岡高専第1体育館 **柔道** (9:30ー11:30) @長岡高専柔道場 **アスレティックス(日)** (9:00-11:00) @長岡高専グラウンド ※雨天時:長岡高専第2体育館	**サッカー（月）** (18:00-19:00) @栖吉小学校 **サッカー中学生** (19:10-20:10) @栖吉小学校 **アスレティックス(月)** (18:00-19:00) @DPプール	**健康ヨガ～しなの～** ①9:30-10:30 ②10:45-11:45 @高齢者センターしなの **テニス【アスリート】** (19:00-21:00) @長岡高専テニスコート	**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)** (18:30～20:00) @長岡市営陸上競技場 ※雨天時:栖吉中体育館 (19:00～20:30)	**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) @長岡高専テニスコート	**健康ヨガ～けさじろ～** (10:00-11:00) @高齢者センターけさじろ **柔道** (19:00-21:00) @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【エンジョイ】** (13:00-15:00) @長岡高専テニスコート
24	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**
早起き親子体操教室 (7:30-8:30) @長岡高専第1体育館 **テニス(エンジョイ)** (13:00-15:00) @長岡高専テニスコート	**サッカー（月）** (18:00-19:00) @栖吉小学校 **サッカー中学生** (19:10-20:10) @栖吉小学校 **アスレティックス(月)** (18:00-19:00) @DPプール	**健康ヨガ～しなの～** ①9:30-10:30 ②10:45-11:45 @高齢者センターしなの **テニス【アスリート】** (19:00-21:00) @長岡高専テニスコート	**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)** (18:30～20:00) @長岡市営陸上競技場 ※雨天時:栖吉中体育館 (19:00～20:30)	**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) @長岡高専テニスコート	**健康ヨガ～けさじろ～** (10:00-11:00) @高齢者センターけさじろ **柔道** (19:00-21:00) @長岡高専柔道場	**トライアスロン** ※時間会場未定 決定次第連絡します。 **テニス【エンジョイ】** (13:00-15:00) @長岡高専テニスコート **柔道** (13:00-15:00) @市民体育館柔道場
31 **早起き親子体操教室** (7:30-8:30) @長岡高専柔道場 **柔道** (9:30ー11:30) @長岡高専柔道場 **アスレティックス(日)** (9:00-11:00) @長岡高専グラウンド ※雨天時:長岡高専第2体育館 **テニス(エンジョイ)** (13:00-15:00) @長岡高専テニスコート						

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instagram　公式LINE