

長岡蒼紫スポーツクラブ 12月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	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) @ 上組小学校	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) @ 市民体育館小アリーナ	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	アスレティックス (9:30-11:30) @ DPプール トライアスロン (12:00-14:00) @ DPプール テニス【キッズ】 (17:00-19:00) @ 長岡高専第2体育館
7	8	9	10	11	12	13
早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @ 長岡高専柔道場 柔道 (9:30-11:30) @ 長岡高専柔道場	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) @ 新産体育館	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) @ 長岡高専剣道場	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) @ 市民体育館大アリーナC	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) @ 長岡高専第2体育館 テニス【キッズ】 (17:00-19:00) @ 長岡高専第2体育館
14	15	16	17	18	19	20
早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @ 長岡高専柔道場 柔道 (9:30-11:30) @ 長岡高専柔道場 アスレティックス（日） (9:30-11:30) @ ダイエープロビスフェニックス テニス【エンジョイ】 (13:00-15:00) @ 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) @ 上組小学校	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) @ 長岡高専剣道場	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】 (18:30-19:30) @ 市民体育館大アリーナC	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 ※プール利用はありません。 テニス【エンジョイ】 (13:00-15:00) @ 長岡高専第2体育館

長岡蒼柴スポーツクラブ 12月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
21	22	23	24	25	26	27
早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @長岡高専柔道場 柔道 (9:30-11:30) @長岡高専柔道場 アスレティックス(日) (9:30-11:30) @ダイエーブロビスフェニックス プール テニス【エンジョイ】 (13:00-15:00) @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) @上組小学校		めざせ!スポーツ万能スクール (17:30-18:30) @栖吉小学校 テニス【アスリート】 (17:00-19:00) @新産体育館	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	事務局休業期間 (12/27～1/4)
28	29	30	31			
事務局休業期間 (12/27～1/4)						

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