長岡蒼柴スポーツクラブ 2月　活動予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
早起き親子体操教室 （8:00−9:00） ＠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）** （9:30−11:30） ＠ダイエープ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） ＠ニュータウン運動公園	**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&第1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 **テニス【アスリート】** （19:00−21:00） ＠ニュータウン運動公園 **柔道** （19:00−21:00） ＠長岡高専柔道場	**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
8	9	10	11	12	13	14
	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	**建国記念の日**	**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） ＠市民大アリーナC **柔道** （19:00−21:00） ＠長岡高専柔道場	**健康ヨガ～けさじろ～** （10:00−11:00） ＠高齢者センターけさじろ	**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 **柔道** （13:00−15:00） ＠市民体育館柔道場 **早起き親子体操教室** （13:30−14:30） ＠市民体育館剣道場
15	16	17	18	19	20	21
	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 ＠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

長岡蒼柴スポーツクラブ 2月　活動予定

日	月	火	水	木	金	土
22	23	24	25	26	27	28
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プール	**天皇誕生日**	**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	**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 **テニス【キッズ】** （17:00-19:00） ＠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instagram　公式LINE