

長岡蒼葉スポーツクラブ 6月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	○サッカー【月曜・中学】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館 ○アスレティックス【月曜】 18:00-19:00 ダイエープロビスフェニックスプール	○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	○アスレティックス【選手】 晴: 18:30-20:00 陸上競技場 雨: 19:00~20:30 栖吉中体育館(半面) ○サッカー【水曜】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館	○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 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
8	9	10	11	12	13	
○早起き親子体操教室 7:30-8:30 長岡高専第1体育館 ○アスレティックス【日曜】 ①基礎: 14:00-15:00 ②選手: 14:00-16:00 晴: 長岡高専グラウンド 雨: 長岡高専第2体育館 ○柔道 9:30-11:30 長岡高専柔道場 ○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【月曜・中学】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館 ○アスレティックス【月曜】 18:00-19:00 ダイエープロビスフェニックスプール	○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	○アスレティックス【選手】 晴: 18:30-20:00 陸上競技場 雨: 19:00~20:30 栖吉中体育館(半面) ○サッカー【水曜】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館	○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 長岡高専テニスコート	○健康ヨガ 10:00-11:00 高齢者センターけさじろ	○テニス【キッズ】 17:30-19:30 南部体育館グリーンフロア ※外履きでの活動となります。
14	15	16	17	18	19	20
○早起き親子体操教室 7:30-8:30 長岡高専第1体育館 ○アスレティックス【日曜】 ①基礎: 9:30-10:30 ②選手: 9:30-11:30 晴: 長岡高専グラウンド 雨: ダイエープロビスフェニックスプール ○柔道 9:30-11:30 長岡高専柔道場 ○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【月曜・中学】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館 ○アスレティックス【月曜】 18:00-19:00 ダイエープロビスフェニックスプール	○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	○アスレティックス【選手】 晴: 18:30-20:00 陸上競技場 雨: 19:00~20:30 栖吉中体育館(半面) ○サッカー【水曜】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館	○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 長岡高専テニスコート	○健康ヨガ 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 ○アスレティックス【日曜】 ①基礎: 14:00-15:00 ②選手: 14:00-16:00 晴: 長岡高専グラウンド 雨: ダイエープロビスフェニックスプール ○テニス【キッズ】 17:00-19:00 晴: 長岡高専テニスコート 雨: 長岡高専第2体育館

長岡蒼柴スポーツクラブ 6月 活動予定

日 21	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27
<p>○早起親子体操教室 7:30-8:30 長岡高専第1体育館</p> <p>○柔道 9:30-11:30 長岡高専柔道場</p> <p>○テニス【エンジョイ】 13:00-15:00 長岡高専テニスコート</p>	<p>○サッカー【月曜・中学】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館</p> <p>○アスレティックス【月曜】 18:00-19:00 ダイエープロビスフェニックスプール</p>	<p>○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</p> <p>○テニス【アスリート】 19:00-21:00 長岡高専テニスコート</p>	<p>○アスレティックス【選手】 晴: 18:30-20:00 陸上競技場 雨: 19:00~20:30 栖吉中体育館(半面)</p> <p>○サッカー【水曜】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館</p>	<p>○めざせ！スポーツ万能スクール 17:45-18:45 栖吉小学校</p> <p>○テニス【アスリート】 19:00-21:00 長岡高専テニスコート</p>	<p>○健康ヨガ 10:00-11:00 高齢者センターけさじろ</p> <p>○柔道 19:00-21:00 長岡高専柔道場</p> <p>○サッカー【水曜】(観戦) 18:00-19:00 北部体育館アリーナ</p>	<p>○トライアスロン 12:00-14:00 DPプール</p> <p>○テニス【エンジョイ】 13:00-15:00 長岡高専テニスコート</p> <p>○アスレティックス【日曜】 ①基礎: 14:00-15:00 ②選手: 14:00-16:00 晴: 長岡高専グラウンド 雨: ダイエープロビスフェニックスプール</p> <p>○テニス【キッズ】 17:00-19:00 晴: 長岡高専テニスコート 雨: 長岡高専第2体育館</p>
28	29	30				
<p>○柔道 9:30-11:30 長岡高専柔道場</p> <p>○テニス【エンジョイ】 13:00-15:00 長岡高専テニスコート</p>	<p>○サッカー【月曜・中学】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館</p> <p>○アスレティックス【月曜】 18:00-19:00 ダイエープロビスフェニックスプール</p>	<p>○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</p> <p>○テニス【アスリート】 19:00-21:00 長岡高専テニスコート</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3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