

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
						長岡まつり
2	3	4	5	6	7	8
長岡まつり ○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 長岡高専テニスコート	○アスレティックス[選手] 19:00-20:30 栖吉中学校(半面) ※天候に関係なく栖吉中です。 ○サッカー【水曜】 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 長岡高専テニスコート ○柔道 19:00-21:00 長岡高専柔道場	○健康ヨガ 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 越路B&Gプール
9	10	11	12	13	14	15
○アスレティックス【日曜】 ①基礎:9:30-10:30 ②選手:9:30-11:30 南部体育館グリーンフロア	○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	事務局休業期間8/11～8/13				
16	17	18	19	20	21	22
○早起き親子体操教室 9:30-10:30 市民体育館剣道場 ※剣道場は裸足での活動となります。 ○アスレティックス【日曜】 ①基礎:9:00-10:00 ②選手:9:00-11:00 ダイエープロビスフェニックスプール ○柔道 9:30-11:30 市民体育館柔道場	○サッカー【月曜・中学】 18:00-19:00 栖吉小学校体育館	○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 ○柔道 19:00-21:00 長岡高専柔道場	○健康ヨガ 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 越路B&G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

長岡蒼柴スポーツクラブ 8月 活動予定

日 23	月 24	火 25	水 26	木 27	金 28	土 29
○早起親子体操教室 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:9:00-10:00 ②選手:9:00-11:00 晴:長岡高専グラウンド 雨:長岡高専剣道場 ○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	○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 越路B&G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
30	31					
○早起親子体操教室 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:9:00-10:00 ②選手:9:00-11:00 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 ○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	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				