

# 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                                                                                                                                      |
| <div>長岡まつり</div> <div>○柔道</div> <div>9:30-11:30</div> <div>市民体育館柔道場</div>                                                                                                                                                                                  |                                                                              | <div>○健康ヨガ[しなの]</div> <div>①9:30-10:30</div> <div>②10:45-11:45</div> <div>高齢者センターしなの</div> <div>○テニス[アスリート]</div> <div>19:00-21:00</div> <div>長岡高専テニスコート</div> | <div>○アスレティックス[選手]</div> <div>19:00-20:30</div> <div>栖吉中学校(半面)</div> <div>※天候に関係なく栖吉中です。</div> <div>○サッカー【水曜】</div> <div>18:00-19:00</div> <div>栖吉小学校</div>                       | <div>○めざせ！スポーツ万能スクール</div> <div>17:45-18:45</div> <div>栖吉小学校</div> <div>○テニス[アスリート]</div> <div>19:00-21:00</div> <div>長岡高専テニスコート</div> <div>○柔道</div> <div>19:00-21:00</div> <div>長岡高専柔道場</div> | <div>○健康ヨガ</div> <div>10:00-11:00</div> <div>高齢者センターけさじろ</div> | <div>○トライアスロン</div> <div>12:00-14:00</div> <div>越路B&amp;Gプール</div>                                                                     |
| 9                                                                                                                                                                                                                                                          | 10                                                                           | 11                                                                                                                                                             | 12                                                                                                                                                                                | 13                                                                                                                                                                                              | 14                                                             | 15                                                                                                                                     |
| <div>○アスレティックス【日曜】</div> <div>①基礎:9:30-10:30</div> <div>②選手:9:30-11:30</div> <div>悠久山屋根付き多目的コート</div>                                                                                                                                                      | <div>○アスレティックス【月曜】</div> <div>18:00-19:00</div> <div>ダイエープロビスフェニックスプール</div> | 事務局休業期間8/11～8/13                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                 |                                                                |                                                                                                                                        |
| 16                                                                                                                                                                                                                                                         | 17                                                                           | 18                                                                                                                                                             | 19                                                                                                                                                                                | 20                                                                                                                                                                                              | 21                                                             | 22                                                                                                                                     |
| <div>○早起き親子体操教室</div> <div>9:30-10:30</div> <div>市民体育館剣道場</div> <div>※剣道場は裸足での活動となります。</div> <div>○アスレティックス【日曜】</div> <div>①基礎:9:30-10:30</div> <div>②選手:9:30-11:30</div> <div>市民体育館大アリーナBC</div> <div>○柔道</div> <div>9:30-11:30</div> <div>市民体育館柔道場</div> | <div>○サッカー【月曜・中学】</div> <div>18:00-19:00</div> <div>栖吉小学校体育館</div>           | <div>○健康ヨガ[しなの]</div> <div>①9:30-10:30</div> <div>②10:45-11:45</div> <div>高齢者センターしなの</div> <div>○テニス[アスリート]</div> <div>19:00-21:00</div> <div>長岡高専テニスコート</div> | <div>○アスレティックス[選手]</div> <div>晴:18:30-20:00</div> <div>陸上競技場</div> <div>雨:19:00-20:30</div> <div>栖吉中体育館(半面)</div> <div>○サッカー【水曜】</div> <div>18:00-19:00</div> <div>栖吉小学校体育館</div> | <div>○めざせ！スポーツ万能スクール</div> <div>17:45-18:45</div> <div>栖吉小学校</div> <div>○テニス[アスリート]</div> <div>19:00-21:00</div> <div>長岡高専テニスコート</div> <div>○柔道</div> <div>19:00-21:00</div> <div>長岡高専柔道場</div> | <div>○健康ヨガ</div> <div>10:00-11:00</div> <div>高齢者センターけさじろ</div> | <div>○トライアスロン</div> <div>12:00-14:00</div> <div>越路B&amp;Gプール</div> <div>○テニス[エンジョイ]</div> <div>13:00-15:00</div> <div>長岡高専テニスコート</div> |

## 長岡蒼柴スポーツクラブ 8月 活動予定

| 日                                                                                                                                                                                                                                      | 月                                                                                                          | 火                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 水                                                                                                                         | 木                                                                                                 | 金                                                                                  | 土                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 23                                                                                                                                                                                                                                     | 24                                                                                                         | 25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 26                                                                                                                        | 27                                                                                                | 28                                                                                 | 29                                                                                            |
| <b>○早起親子体操教室</b><br>7:30-8:30<br>長岡高専第1体育館<br><b>○アスレティックス【日曜】</b><br>①基礎:9:00-10:00<br>②選手:9:00-11:00<br>晴:長岡高専グラウンド<br>雨:市民体育館大アリーナBC<br><b>○柔道</b><br>9:30-11:30<br>長岡高専柔道場<br><b>○テニス【エンジョイ】</b><br>13:00-15:00<br>長岡高専テニスコート      | <b>○サッカー【月曜・中学】</b><br>18:00-19:00<br>栖吉小学校体育館<br><b>○アスレティックス【月曜】</b><br>18:00-19:00<br>ダイエープロビスフェニックスプール | <b>○健康ヨガ【しなの】</b><br>①9:30-10:30<br>②10:45-11:45<br>高齢者センターしなの<br><b>○テニス【アスリート】</b><br>19:00-21:00<br>長岡高専テニスコート                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>○アスレティックス【選手】</b><br>晴:18:30-20:00<br>陸上競技場<br>雨:19:00-20:30<br>栖吉中体育館(半面)<br><b>○サッカー【水曜】</b><br>18:00-19:00<br>栖吉小学校 | <b>○めざせ！スポーツ万能スクール</b><br>17:45-18:45<br>栖吉小学校<br><b>○テニス【アスリート】</b><br>19:00-21:00<br>長岡高専テニスコート | <b>○健康ヨガ</b><br>10:00-11:00<br>高齢者センターけさじろ<br><b>○柔道</b><br>19:00-21:00<br>長岡高専柔道場 | <b>○トライアスロン</b><br>12:00-14:00<br>越路B&Gプール<br><b>○テニス【エンジョイ】</b><br>13:00-15:00<br>長岡高専テニスコート |
| 30                                                                                                                                                                                                                                     | 31                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                           |                                                                                                   |                                                                                    |                                                                                               |
| <b>○早起親子体操教室</b><br>7:30-8:30<br>長岡高専第1体育館<br><b>○アスレティックス【日曜】</b><br>①基礎:9:00-10:00<br>②選手:9:00-11:00<br>晴:長岡高専グラウンド<br>雨:ダイエープロビスフェニックスプール<br><b>○柔道</b><br>9:30-11:30<br>長岡高専柔道場<br><b>○テニス【エンジョイ】</b><br>13:00-15:00<br>長岡高専テニスコート | <b>○サッカー【月曜・中学】</b><br>18:00-19:00<br>栖吉小学校体育館<br><b>○アスレティックス【月曜】</b><br>18:00-19:00<br>ダイエープロビスフェニックスプール | <div> <div> <b>長岡蒼柴スポーツクラブ事務局</b><br/> 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<br/> TEL:0258-34-2130 FAX:0258-34-2170<br/> mail:info@aoshi-sc.com HP:http://www.aoshi-sc.com </div> <div> <br/> 公式instagram </div> <div> <br/> 公式LINE </div> </div> |                                                                                                                           |                                                                                                   |                                                                                    |                                                                                               |