

R3年度 みとやスポーツクラブ【年間活動予定表】

対象		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
幼児・小学生	1)ちびっこスポーツ バイキング【土・日】 13:00~14:00	3日(土)	1日(土)	19日(土)	3日(土)	7日(土)	5日(日)	9日(土)	ホリール 13日(土)	18日(土)	15日(土)	12日(土)	12日(土)	
		ホリール 10日(土)	29日(土)	振替 26日(土)	17日(土)	28日(土)	25日(土)	31日(日)	ホリール 27日(土)	25日(土)	29日(土)	26日(土)	26日(土)	
	2)チャレンジスポーツ 【金曜日】 17:00~18:00	9日(金)	7日(金)	4日(金)	2日(金)	6日(金)	3日(金)	1日(金)	5日(金)	3日(金)	14日(金)	11日(金)	11日(金)	
		16日(金)	14日(金)	11日(金)	9日(金)	27日(金)	10日(金)	ホリール 15日(金)	12日(金)	10日(金)	21日(金)	18日(金)	18日(金)	
		23日(金)	21日(金)	18日(金)	16日(金)		17日(金)	22日(金)	19日(金)	17日(金)	28日(金)	25日(金)	25日(金)	
	3)キッズサッカー 【土・日】 10:00~11:30	3日(土)	1日(土)	19日(土)	3日(土)	7日(土)	外 11日(土)	9日(土)	外 6日(土)	18日(土)	15日(土)	12日(土)	12日(土)	
			22日(土)		17日(土)		25日(土)	外 31日(日)	20日(土)		29日(土)		26日(土)	
	4)キッズリズムAction! 【金曜日】 16:30~17:00	9日(金)	7日(金)	4日(金)	2日(金)	6日(金)	3日(金)	1日(金)	5日(金)	3日(金)	14日(金)	11日(金)	11日(金)	
		23日(金)	14日(金)	18日(金)	16日(金)	27日(金)	17日(金)	22日(金)	12日(金)	17日(金)	28日(金)	25日(金)	25日(金)	
			21日(金)											
	5)チャレンジ体操 【月曜日】 ①16:30~ ②17:00~ ③17:30~	12日(月)	10日(月)	7日(月)	5日(月)	曜日 20日(金)	13日(月)	11日(月)	8日(月)	6日(月)	17日(月)	21日(月)	7日(月)	
		26日(月)	24日(月)	21日(月)	12日(月)	30日(月)	27日(月)	25日(月)	22日(月)	13日(月)	31日(月)	28日(月)	14日(月)	
				振替 28日(月)									28日(月)	
	中・高齢者	6)おたっしやクラブ 「水中運動」【金曜日】 9:00~12:00	2日(金)	7日(金)	11日(金)	2日(金)	6日(金)	3日(金)	1日(金)	5日(金)	3日(金)	7日(金)	4日(金)	4日(金)
			16日(金)	21日(金)	18日(金)	16日(金)	20日(金)	17日(金)	15日(金)	19日(金)	17日(金)	21日(金)	18日(金)	18日(金)
7)おたっしやクラブ 「3B体操」【金曜日】 10:00~11:30	9日(金)	14日(金)	4日(金)	9日(金)	13日(金)	10日(金)	22日(金)	12日(金)	10日(金)	14日(金)	11日(金)	11日(金)		
	23日(金)	28日(金)	25日(金)	振替 23日(金)	27日(金)	24日(金)	29日(金)	26日(金)	24日(金)	28日(金)	25日(金)	25日(金)		
				30日(金)										
一般	8)ヨガmove 【月曜日】 20:00~21:00	5日(月)	10日(月)	曜日 4日(金)	5日(月)	曜日 6日(金)	曜日 3日(金)	4日(月)	8日(月)	6日(月)	17日(月)	7日(月)	7日(月)	
		12日(月)	17日(月)	14日(月)	12日(月)	9日(月)	6日(月)	11日(月)	15日(月)	13日(月)	24日(月)	14日(月)	14日(月)	
		19日(月)	24日(月)	21日(月)	19日(月)	16日(月)	振替 18日(土)	18日(月)	22日(月)	20日(月)	31日(月)	21日(月)	21日(月)	
		26日(月)	31日(月)	28日(月)	26日(月)	振替 23日(月)	27日(月)	25日(月)	29日(月)	27日(月)		28日(月)	28日(月)	
						30日(月)								
	9)リフレッシュ ヨーガ【木曜日】 10:00~11:00	8日(木)	13日(木)	曜日 2日(水)	8日(木)	12日(木)	9日(木)	曜日 27日(水)	11日(木)	9日(木)	13日(木)	10日(木)	10日(木)	
		22日(木)	27日(木)	24日(木)	振替 22日(木)		23日(木)		25日(木)	23日(木)	27日(木)	24日(木)	24日(木)	
		29日(木)			曜日 28日(水)		30日(木)							
	10)ゆる楽エアロビ 【金曜日】 19:30~20:15	9日(金)	14日(金)	11日(金)	9日(金)	曜日 13日(金)	10日(金)	1日(金)	12日(金)	10日(金)	7日(金)	4日(金)	11日(金)	
		23日(金)	28日(金)	25日(金)	23日(金)	20日(金)	24日(金)	22日(金)	26日(金)	24日(金)	21日(金)	18日(金)	18日(金)	
		30日(金)			30日(金)	27日(金)	調整中	29日(金)				25日(金)	25日(金)	

R3年度 みとやスポーツクラブ【年間活動予定表】

No.2

対象		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
多 世 代	11)フオーク ダンス 【木曜日】 10:00～11:30	1日(木)	6日(木)	3日(木) ^{休業}	1日(木) ^{ステージ}	5日(木)	2日(木)	14日(木)	4日(木)	2日(木)	6日(木)	3日(木)	3日(木)
		15日(木)	20日(木)	17日(木)	15日(木)	19日(木)	16日(木)		18日(木)	16日(木)	20日(木)	17日(木)	17日(木)
	12)卓球教室 【土曜日】 17:00～18:30 【10/16以降】 19:00～20:30	3日(土)	1日(土)	5日(土)	3日(土)	7日(土)	4日(土)	2日(土)	6日(土)	11日(土)	8日(土)	12日(土)	12日(土)
		17日(土)	22日(土)	19日(土)	17日(土)	21日(土)	18日(土)	16日(土)	13日(土)	18日(土)	22日(土)	19日(土)	26日(土)
	13)軽スポーツ 【土・日】 10:00～11:30	24日(土)	22日(土)	26日(土)	24日(土)	28日(土)	25日(土)	30日(土)	27日(土)	25日(土)	29日(土)	26日(土)	26日(土)
14)ノルディック・ ウォーク	(7回、予定) 会報でお知らせします。 ※夏季(7,8月)と冬季(12,1,2月)はお休みします。												
15)スポーツ 吹矢 【月曜日】 10:00～11:00	5日(月)	10日(月)	14日(月)	5日(月)	9日(月)	6日(月)	4日(月)	8日(月)	6日(月)	17日(月)	7日(月)	7日(月)	
	19日(月)	24日(月)	21日(月)	19日(月)	30日(月)	27日(月)	25日(月)	15日(月)	20日(月)	31日(月)	21日(月)	21日(月)	
対象		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
イ ベ ン ト	16)パーク ゴルフ								(1回、予定) 会報等で お知らせします				
	17)和太鼓教室								(2回、予定) 会報等で お知らせします				
	19)スポーツ フェスティバル											27日(日)	

～ 年間活動予定表について ～

- ①施設の利用状況等により変更する場合があります。
- ②翌月の最新の日程は会報裏面にてお知らせしますので、必ずご確認ください。
- ③年間1～2回の教室は、会報・チラシなどでお知らせしますのでお見逃しなく！
- ④変更が前もってわかった場合には、年間活動予定表を更新いたしますので左上の更新日時をご確認ください。
最新版はアスパル事務所前やロビーに常設しています。
- ⑤急な変更についてはメールや電話で個別に連絡します。