

# 平成29年度 掛スポ教室日程表

# 10~12月

2017年10月6日 作成

※セルが緑色の日は会場が通常と異なりますのでご注意ください。  
※日程や会場の変更などがあった場合、教室名と変更後の開催日のセルが黄色になっています。

教室No.	教室名	曜日/時間帯	区分	会場	開催回数	休講	10月				11月				12月			
							1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>月曜日</b>																		
K0401	硬式テニス入門	月 9:00~10:30	午前	アリーナ	A B C D	33回	8月	2	16	23	30	6	27		4	11	18	
K0402	硬式テニス初級	月 10:40~12:00				33回	8月	2	16	23	30	6	27		4	11	18	
K0403	硬式テニス初級	月 16:30~17:30				33回	8月	2	16	23	30	6	27		4	11	18	
K0404	硬式テニス中級	月 17:30~18:30				33回	8月	2	16	23	30	6	27		4	11	18	
K0407	ジュニア硬式テニス入門	月 19:00~21:00	夕方	アリーナ	A B	36回以上	なし	2	16	23	30	6	20	27	4	11	18	
K0408	ジュニア硬式テニス初級	月 10:00~11:00				36回以上	なし	2	16	23	30	6	20	27	4	11	18	
K0406	ジュニアバドミントン4~6年	月 19:00~20:30				CD	36回	なし	2	16	23	30	6	13	20	4	11	18
K1003	ジュニアバレーボール(部活男子)	月 13:30~14:30				A	36回	なし	2	23	30	6	13	27	4	11	18	
K1004	ジュニアバレーボール(部活女子)	月 14:45~15:45	B	36回	なし	2	23	30	6	13	27	4	11	18				
K1001	ジュニアバレーボール(小学5年~6年)	月 16:00~17:00	C	36回	なし	2	16	23	30	6	13	20	4	11	18			
K0101	とくとく長寿体操(さんりーな)	月 17:00~18:00	午後	武道場	全面	36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18
K0102	健やかヨガ	月 10:00~11:30				36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18
K0103	リフレッシュヨガ	月 13:30~14:30				36回以上	なし	2	16	30	6	13	20	27	4	11	18	
K0701	キッズジュニアクラシックバレエ入門	月 14:45~15:45				36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18
K0702	キッズジュニアクラシックバレエ	月 16:00~17:00	夕方	武道場	全面	36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18
K0301	空手道	月 17:00~18:00				36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18
K0302	空手道ジュニア	月 19:00~21:00				36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18
K0202	キッズフィットネス	月 10:00~11:00				33~34回	8月	2	16	23	6	13	20	27	4	11	18	
K0203	ジュニアフィットネス1	月 15:30~16:20	33~34回	8月	2	16	23	6	13	20	27	4	11	18				
K0501	親子おんがく体操教室(A1歳児)	月 16:30~17:30	スタジオ	全面	36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	27	4	11	18		
K0502	親子おんがく体操教室(B2歳児)	月 10:00~11:00			36回以上	なし	2	16	23	30	6	13	27	4	11	18		
K0104	シニアヨガ	月 11:00~12:00			36回以上	なし	2	16	23	6	13	20	27	4	11	18		
K0201	社交ダンス教室	月 15:00~16:00			36回	なし	2	16	23	6	13	27	4	11	18			
K0405	レディースゴルフ入門	月 14:00~16:00	NEC/西山小	全面	36回	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	
K1002	ジュニアソフトボール	月 15:00~16:30			36回	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	
K0409	ソフトボール成人	月 19:00~21:00			36回	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	
					36回	なし	2	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	

<b>水曜日</b>																			
K0410	レディースフットサル	水 10:00~11:00	午前	アリーナ	A B C D	36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0412	ラージボール卓球	水 13:30~15:30				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0506	ジュニアトランポリン(水A)	水 16:15~17:15				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0510	ジュニアトランポリン(水B)	水 17:20~18:20				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0505	体育キッズ(水)	水 16:00~17:00	夕方	アリーナ	D	36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	29	6	13	20	
K0509	体育ジュニア(水)	水 17:00~18:00				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	29	6	13	20	
K0503	器械体操キッズ(水)	水 16:00~17:00				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	29	6	13	20	
K0507	器械体操ジュニア(水)	水 17:00~18:00				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	29	6	13	20	
K0105	クラシックバレエ・エクササイズ入門	水 9:00~10:10	午後	武道場	全面	36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0106	クラシックバレエ・エクササイズ	水 10:15~11:45				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0204	マイレフラ ナンパ(応用)	水 12:00~13:00				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0205	マイレフラ クラブ	水 13:15~14:15				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0206	マイレフラ ホアロハ(基本)	水 14:30~15:30	夕方	武道場	全面	36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20	
K0504	新体操キッズ(水)	水 16:00~17:00				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20
K0508	新体操ジュニア(水)	水 17:00~18:00				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20
K1005	ジュニア卓球(硬式)	水 19:30~21:00				36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20
K0707	はつろつヨガ	水 14:30~15:45	スタジオ	全面	36回	なし	4	11	18	25	1	8	15	22	6	13	20		
K0703	日本舞踊成人	水 16:00~17:00			36回	なし	11	18	25	1	8	22	6	13	20				
K0704	日本舞踊子ども教室	水 17:10~18:10			36回	なし	11	18	25	1	8	22	6	13	20				
K0207	ジュニアフィットネス2	水 18:30~19:30			33~34回	8月	4	11	18	1	8	15	29	6	13	20			
K0411	レディースゴルフ中級	水 13:00~14:30	葛城ゴルフ倶楽部	36回	なし	4	11	25	1	8	22	29	13	20	27				

<b>木曜日</b>																		
K0511	トランポリン	木 11:00~12:00	午前	アリーナ	C	36回以上	なし	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21
K0512	キッズトランポリン(木)	木 15:30~16:20				36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0515	ジュニアトランポリン(木A)	木 16:25~17:25				36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0518	ジュニアトランポリン(木B)	木 17:30~18:30				36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0513	器械体操キッズ(木)	木 15:30~16:30	夕方	アリーナ	D	36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0516	器械体操ジュニア(木)1~3年	木 16:30~17:30				36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0519	器械体操ジュニア(木)4~6年	木 17:30~18:30				36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0514	体育キッズ(木)	木 15:30~16:30				36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0517	体育ジュニア(木)1~3年	木 16:30~17:30	夜間	武道場	D	36回	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0414	硬式卓球初級・中級	木 19:30~21:00				36回	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21	
K0108	トランポビクス	木 10:00~11:30				全面	36回以上	なし	5	12	19	26	9	16	30	7	14	21
K0109	レディース体操	木 13:30~15:00				剣道場	36回以上	なし	5	12	19	2	9	16	30	7	14	21
K0303	キッズ・ジュニア柔道	木 16:00~17:30	夜間	武道場	柔道場	36回	なし	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21
K0308	合気道	木 19:45~21:15				36回以上	なし	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21
K0304	合気道ジュニア	木 18:30~19:30				36回以上	なし	5	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21
K0306	スポーツ銃剣道	木 19:30~21:00				36回以上	なし	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21	
K0305	スポーツ銃剣道ジュニア	木 19:00~20:30	剣道場	36回以上	なし	12	19	26	2	9	16	30	7	14	21			

K0208	ジュニアダンス1(HIP HOP)	木 16:40~17:40	スタジオ	全面	36回	なし	5	12	19	9	16	30	7	14	21	
K0209	ジュニアダンス2(HIP HOP)	木 17:50~18:50			36回	なし	5	12	19	9	16	30	7	14	21	
K0210	楽しくHIP HOP	木 19:00~20:00			36回	なし	5	12	19	9	16	30	7	14	21	
K0307	弓道	木 19:30~21:00			夜間	弓道場	全面	30回	1~3月	12	19	26	9	16	23	30
K0801	壮健美塾	木 10:00~11:00	午前	アリーナ	A	36回	なし	5	19	26	2	9	16	7研	14研	21研
K0413	レディースゴルフ初級	木 15:00~16:30	ワコーゴルフ練習場	36回	なし	12	19	26	9	16	30	7	14	21		

<b>金曜日</b>																	
K0521	体育キッズ(金)	金 16:00~17:00	夕方	アリーナ	CD	36回以上	なし	6	13	20	27	10	17	24	1	8	15
K0523	体育ジュニア(金)	金 17:00~18:00				36回以上	なし	6	13	20	27	10	17	24	1	8	15
K0418	親子卓球教室	金 19:30~21:00				A	36回	なし	6	13	27	10	17	24	1	15	
K0419	バドミントン入門	金 19:30~21:30				CD	36回以上	なし	6	13	27	3	10	17	24	1	15
K0420	バドミントン初級	金 16:30~17:30	夕方	アリーナ	AB	36回以上	なし	6	13	27	4	11	18	1	15		
K0415	ジュニアバスケットボール(3・4年)	金 17:30~18:30				36回	なし	13	20	27	3	10					

土曜日・日曜日

K0309	なぎなた	土	9:30~11:30	午前	全面	36回以上	なし	14	21	28			4	11	18	25		2BG	9A	16		
K0310	剣道	土	19:30~21:00	夜間	武道場	36回以上	なし	7	14	21	28		4	11	18	25		2	16			
K0311	剣道ジュニア	土				36回以上	なし	7	14	21	28		4	11	18	25		2	16			
K0707	氣功健康法	土	9:00~10:30		スタジオ	30回	8.12月	14	21	28			11	18	25			休講				
K0212	ジャズダンス	土	14:30~16:00		スタジオ	36回以上	なし	7	14	21	28		4	11	18			2	9	16		
K0802	キッズ運動遊び	土	11:00~12:00	午前	ア・武・ス	36回	なし	14F	21F	28F			4ス	11ス	25ス			2BG	9BG	16BG		
K0803	ジュニアパワーアップ塾	土	13:00~14:00	午後	武道場・スタジオ	36回	8.12月	14F	21F	28F			4武	11武	25武			2BG	9BG	16BG		
K0421	ジュニアゴルフ(第2・4土曜日)	土	13:00~13:50		専城ゴルフ倶楽部	24回	なし	14	28				11	25				9	16			
K0422	ソフトテニス(さんりーな)	日	18:50~21:00	夜間	アリーナ	D	33回	8月	1	15	22		5	12	19			3	10	17		
K0423	ジュニアソフトテニス(さんりーな)	日			アリーナ	D	33回	8月	1	15	22		5	12	19			3	10	17		
K0901	ジュニアカヌー(第2・4水曜日)	日	14:00~16:00		掛川龍運・大東龍運	24回	なし	1大	15掛				12掛	26掛				3掛	17掛			

プールプログラム

K0601	水泳成人入門初級(月)	月	13:00~14:00		プール	36回以上	なし	2	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18		
K0602	水泳キッズ(月)	月	15:30~16:30		プール	36回以上	なし	2	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18		
K0603	水泳ジュニア(月)A16:30~	月	16:30~17:30		プール	36回以上	なし	2	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18		
K0605	水泳ジュニア(月)B17:30~	月	17:30~18:30		プール	36回以上	なし	2	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18		
K0608	機能水泳	水	11:30~12:30		プール	36回以上	なし	4	11	25			1	8	22	29		6	13	20		
K0614	水泳成人スキルアップ(水)	水	19:30~20:30		プール	36回以上	なし	11	18	25			1	8	15	29		6	13	20		
K0607	わくわくAQUA	水	10:30~11:30		プール	36回以上	なし	4	11	25			1	8	22	29		6	13	20		
K0609	水泳キッズ(水)	水	15:30~16:30		プール	36回以上	なし	11	18	25			1	8	15	29		6	13	20		
K0610	水泳ジュニア(水)A16:30~	水	16:30~17:30		プール	36回以上	なし	11	18	25			1	8	15	29		6	13	20		
K0612	水泳ジュニア(水)B17:30~	水	17:30~18:30		プール	36回以上	なし	11	18	25			1	8	15	29		6	13	20		
K0617	水泳成人入門~中級(木)	木	11:00~12:00		プール	36回以上	なし	5	12	19	26		2	9	16	30		7	14	21		
K0615	親子スイミング1(木)	木	10:00~11:00		プール	36回以上	なし	12	19	26			2	9	16	30		7	14	21		
K0616	親子スイミング2(木)	木	11:00~12:00		プール	36回以上	なし	12	19	26			2	9	16	30		7	14	21		
K0618	水泳キッズ(木)	木	15:30~16:30		プール	36回以上	なし	12	19	26			2	9	16	30		7	14	21		
K0619	水泳ジュニア(木)A16:30~	木	16:30~17:30		プール	36回以上	なし	12	19	26			2	9	16	30		7	14	21		
K0621	水泳ジュニア(木)B17:30~	木	17:30~18:30		プール	36回以上	なし	12	19	26			2	9	16	30		7	14	21		
K0630	水泳成人入門初級(金)	金	19:30~20:30		プール	36回以上	なし	13	20	27			10	17	24			1	8	15	22	
K0623	親子スイミング1(金)	金	10:00~11:00		プール	36回以上	なし	13	20	27			10	17	24			1	8	15	22	
K0624	親子スイミング2(金)	金	11:00~12:00		プール	36回以上	なし	13	20	27			10	17	24			1	8	15	22	
K0625	水泳キッズ(金)	金	15:30~16:30		プール	36回以上	なし	13	20	27			10	17	24			1	8	15	22	
K0626	水泳ジュニア(金)A16:30~	金	16:30~17:30		プール	36回以上	なし	13	20	27			10	17	24			1	8	15	22	
K0628	水泳ジュニア(金)B17:30~	金	17:30~18:30		プール	36回以上	なし	13	20	27			10	17	24			1	8	15	22	

交流プログラム

K1401	交流プログラム(月)	月	13:15~15:15	午後	アリーナ	ICD	36回以上	なし	2	16	23		6	13	20	27		4	11	18		
K1401	交流プログラム(水)	水	9:30~12:00	午前	アリーナ	C	36回以上	なし	4	11	18	25		1	8	22		6	13	20		
K1401	交流プログラム(木)	木	13:15~15:15	午後	アリーナ	CD	36回以上	なし	5	12	19	26		9	16	30		7	14	21		
K1401	交流プログラム(金)	金	9:30~12:00	午前	アリーナ	C	36回以上	なし	6	13	20	27		17	24			1	8	15	22	
K1401	交流プログラム(土)	土	19:30~21:30	夜間	アリーナ	A	36回以上	なし	14BG	28BG			4	11	18			2武	16	9BG	23BG	

サークルプログラム

K1101	硬式テニス(さんりーな)	月	13:30~15:30	午後	アリーナ	ABC	36回以上	なし	2	16	23	30		6	20	27		4	11	18		
K1103	硬式テニス(いこいの広場)	金	19:00~21:00	夜間	いこいの広場	1・2	36回以上	なし	13	20	27		10	17	24			1	8	15	22	
K1102	卓球(硬式)	水	19:30~21:00	夜間	武道場	剣道場	36回以上	なし	4	11	18		1	8	15	22		6	13	20		
K1104	社交ダンス	土	14:00~16:00		あすなろ・シオネ	36回以上	なし	7	14	21	28		4	25				9	16			
K1105	カヌー&ヨット	日	14:00~16:00		掛川龍運・大東龍運	24回	なし	1大	15掛				12掛	19掛	26掛			3掛	17掛			
K1106	フットサル	日	19:00~21:00	夜間	アリーナ	AB	36回以上	なし	1	8	15	22		5	12	19		3	10	17		

チャレンジプログラム

K1201	新茶マラソンチャレンジ	土	13:30~15:30		さんりーな池	36回以上	なし	14	21	28			11	18	25			9	16	23祝		
K1202	掛スボスイムチャレンジ	土	19:30~20:30		プール	36回	なし	14	21	28			4	18	25			2	9	16		

シオネ会場

S0101	かんたんエアロ	水	9:45~10:45	午前	シオネ会場	小ホール	36回以上	なし	11	18	25		1	8	15	29		6	13	20		
S0104	健康体操	水	13:00~14:00	午後	シオネ会場	小ホール	36回以上	なし	4	11	18		1	8	15	22		6	13	20		
S0105	ピラティス	水	14:15~15:15	午後	シオネ会場	小ホール	36回以上	なし	4	11	18		1	8	15	22		6	13	20		
S0106	とくとく長寿体操(シオネ)	木	10:00~11:30	午前	シオネ会場	小ホール	36回以上	なし	5	12	26		2	9	16	30		7	14	21		
S0108	かんたんヨガ	金	20:00~21:00	夜間	シオネ会場	小ホール	36回以上	なし	6	13	20	27		10	17			8和	15	22		

平成29年度

# 『し〜すぽ』掛スポプログラム 10月～12月 日程表

定期プログラム	曜日：時間帯		会場	月会費	10月					11月					12月				
キッズトランポリン	月	15:30～16:20	アリーナ	3,780円	2	16	30			6	13	20			4	11	18		
ジュニアトランポリン	月	①16:25～17:25 ②17:30～18:30	アリーナ	3,780円	2	16	30			6	13	20			4	11	18		
HIP HOP ジュニア	月	①17:50～18:50 ②18:50～19:50	体力測定室	2,700円	2	16	30			6	13	20			4	11	18		
バドミントン教室	月	19:30～21:00	アリーナ	2,700円	2	16	30			6	13	20			4	11	18	25	
ラケットテニスクラブ	月	19:30～21:00	アリーナ	1,620円 (ファミリー登録) 330円/1回	2	16	30			6	13	20			4	11	18		
生涯ヨガ	月	19:30～20:45	研修室	2,700円	2	16	30			6	13	20			4	11	18		
ソフトテニス(月)	月	17:00～19:00	アリーナ	3,240円	2	16	30			6	13	20			4	11	18		
体育キッズ(火)	火	16:30～17:30	アリーナ	3,780円	3	17	31			7	14	21	28		12	19			
体育ジュニア(火)	火	17:30～18:30	アリーナ	3,780円	3	17	31			7	14	21	28		12	19			
レディース体操	水	13:30～15:00	体力測定室	2,700円	11	18	25			1	15	22	29		6	13	20		
体育キッズ(水) 15:30～	水	15:30～16:20	アリーナ	3,780円	4	11	18			8	15	22	29		6	13	20		
体育キッズ(水) 16:20～	水	16:20～17:20	アリーナ	3,780円	4	11	18			8	15	22	29		6	13	20		
体育ジュニア(水)	水	17:20～18:20	アリーナ	3,780円	4	11	18			8	15	22	29		6	13	20		
新体操キッズ(水)	水	15:30～16:30	アリーナ	3,780円	4	11	18			8	15	22	29		6	13	20		
新体操ジュニア(水) 1-3年	水	16:30～17:30	アリーナ	3,780円	4	11	18			8	15	22	29		6	13	20		
新体操ジュニア(水) 4-6年	水	17:30～18:30	アリーナ	3,780円	4	11	18			8	15	22	29		6	13	20		
ジュニア卓球	水	17:00～18:30	体力測定室	3,780円	4	11	25			8	15	22	29		6	13	20		
空手道ジュニア	水	19:00～20:30	アリーナ	2,700円	4	18	25			8	15	22	29		6	13	20		
太極拳初級	木	10:35～12:05	体力測定室	2,700円	5	12	19			2	9	16	30		7	14	21		
キッズフットサル	木	16:00～16:50	アリーナ	3,780円	5	12	19	26		2	9	23			7	14	21		
ジュニアフットサル	木	17:00～18:00	アリーナ	3,780円	5	12	19	26		2	9	23			7	14	21		
ジュニアアスリート体幹育成塾	木	19:30～21:00	体力測定室	3,780円	5	19	26			2	9	16	30		7	14	21		
らくらくヨガ	金	13:00～14:00	体力測定室	2,700円	6	13	20	27		10	17	24			8	15	22		
ソフトテニス	土	13:00～15:30	アリーナ	3,240円	1	7	21			11	25				2	9	25		