

# 2018年度 掛スポ教室日程表

## 7~9月

※通常、武道場で開催している教室の日程は3ページ目に掲載しております。

2018年8月12日 作成

※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。

教室名	曜日/時間帯	区分	会場	開催回数	休講	7月				8月				9月							
<b>月曜日</b>																					
硬式テニス入門	月 9:00~10:30	午前	ABCD	33回	8月	2	9	23	30	8月休講				3	10						
硬式テニス初級	月					2	9	23	30					3	10						
硬式テニス初中級	月					2	9	23	30					3	10						
硬式テニス中級	月					2	9	23	30					3	10						
硬式テニス(さんりーな)	月 13:30~15:30	午後	ABC	36回以上	なし	2	9	23	30	6	27			3	10						
フーバサークル(月)	月 13:15~15:15					9	23	30	6	13	27	3	10								
ジュニア硬式テニス入門	月 16:30~17:30	夕方	AB	36回以上	なし	2	9	23	30	6	27			3	10						
ジュニア硬式テニス初級	月 17:30~18:30					2	9	23	30	6	27			3	10						
ジュニアパドミントン2・3年	月 16:00~17:00					CD	36回	なし	2	9	23	30	6	13	27	3	10				
ジュニアパドミントン4~6年	月 17:00~18:15								2	9	23	30	6	13	27	3	10				
ジュニアバレーボール(部活男子)	月 19:00~21:00	夜間	A	36回	なし	9	16祝			6	20	27	3	17祝	24振						
ジュニアバレーボール(部活女子)	月					9	16祝			6	20	27	3	17祝	24振						
ジュニアバレーボール(5・6年)	月 19:00~20:30					B	36回	なし	2	9	23	30	6	27			3	10	17祝		
			C	36回	なし	2	9	23	30	6	27			3	10	17祝					
<b>水曜日</b>																					
キッズフィットネス	月 15:30~16:20	スタジオ		33~34回	8月	2	9	23		8月休講				3	10	24祝					
ジュニアフィットネス1	月 16:30~17:30					2	9	23						3	10	24祝					
親子おんがく体操教室(A1歳児)	月 10:00~11:00	研修室	全面	36回以上	なし	2	9	23	30	20	27			3	10						
親子おんがく体操教室(B2歳児)	月 11:00~12:00					2	9	23	30	20	27			3	10						
シニアヨーガ	月 15:00~16:00			36回以上	なし	2	9	23	30	6	20	27			3	10	24振				
社交ダンス教室	月 14:00~16:00	あすなる・シオーネ		36回	なし	2	23	30		6	20	27			3	10	24振				
レディースゴルフ入門	月 15:00~16:30	ワコーゴルフ練習場		36回	なし	9	23	30		6	20	27			10	17祝	24振				
ジュニアソフトボール	月 19:00~21:00	NEC/西山口小	36回	なし	2西	9東	23N	30西	6東	20西	27N			3東	10N						
ソフトボール成人					2西	9東	23N	30西	6東	20西	27N			3東	10N						
<b>木曜日</b>																					
レディースフットサル	水 10:00~11:00	午前	A	36回以上	なし	4	11	18	25	1	29			5	12	19					
フーバサークル(水)	水 9:30~12:00					C	36回	なし	4	11	18	1	8	29			12	19	26		
ラージボール卓球	水 13:30~15:30					午後	D	36回以上	なし	4	11	18	1	8	29			5	12	19	26
ジュニアトランポリン(水)A	水 16:15~17:15									C	36回以上	なし	4	11	25	1	8	29			5
ジュニアトランポリン(水)B	水 17:20~18:20	夕方	D	36回以上	なし	4	11	25	1	8	29			5	12	19	26				
体育キッズ(水)	水 16:00~17:00					4	11	18	8	29			5	12	19	26					
体育ジュニア(水)	水 17:00~18:00					4	11	18	8	29			5	12	19	26					
器械体操キッズ(水)	水 16:00~17:00					4	11	18	8	29			5	12	19	26					
器械体操ジュニア(水)	水 17:00~18:00	4	11	18	8	29			5	12	19	26									
<b>金曜日</b>																					
はつらつヨーガ	水 14:30~15:45	スタジオ		36回以上	なし	4	11	18	25	1	8	29			5	12	19				
日本舞踊成人	水 16:00~17:00					4	11	18	1	8	22			5	12	19					
日本舞踊子ども教室	水 17:10~18:10					4	11	18	1	8	22			5	12	19					
ジュニアフィットネス2	水 18:30~19:30					33~34回	8月	4	11	18	25	8月休講				5	12	19	26		
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	18		8	15	22	29	12	26						
<b>土曜日</b>																					
壮健美塾	木 10:00~11:00	午前	A	36回	なし	5控	12控	19控		9控	30控			6控	13ア	20ア	27ア				
トランポリン	木 11:00~12:00					C	36回以上	なし	5	12	26	2	9	16	30	6	13	20			
フーバサークル(木)	木 13:15~15:15					D	36回	なし	5	12	19	2	9	16		6	13	20			
キッズトランポリン(木)	木 15:30~16:20					夕方	C	36回以上	なし	5	12	26	2	9	16	30	6	13	20		
ジュニアトランポリン(木)A	木 16:25~17:25	5	12	26	2					9	16	30	6	13	20						
ジュニアトランポリン(木)B	木 17:30~18:30	5	12	26	2					9	16	30	6	13	20						
器械体操キッズ(木)	木 15:30~16:30	5	12	19	26					9	30			6	13	20	27				
器械体操ジュニア(木)1~3年	木 16:30~17:30	D	36回以上	なし	5	12	19	26	9	30			6	13	20	27					
器械体操ジュニア(木)4~6年	木 17:30~18:30				5	12	19	26	9	30			6	13	20	27					
体育キッズ(木)	木 15:30~16:30				5	12	19	26	9	30			6	13	20	27					
体育ジュニア(木)1~3年	木 16:30~17:30				5	12	19	26	9	30			6	13	20	27					
体育ジュニア(木)4~6年	木 17:30~18:30	5	12	19	26	9	30			6	13	20	27								
硬式卓球初級・中級	木 19:30~21:00	夜間	D	36回	なし	12	19	26		2	9	30			6	13	20				
<b>日曜日</b>																					
ジュニアダンス1(HIP HOP)	木 16:40~17:40	スタジオ		36回	なし	5	12	19		2	23	30			6	13	20				
ジュニアダンス2(HIP HOP)	木 17:50~18:50					5	12	19	2	23	30			6	13	20					
楽しくHIP HOP	木 19:00~20:00					5	12	19	2	23	30			6	13	20					
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	13	20	27					
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	23	30	13	20	27					

教室名	曜日/時間帯	区分	会場	開催回数	休講	7月				8月				9月							
<b>金曜日</b>																					
フーバサークル(金)	金 9:30~12:00	午前		CD	36回	なし	13	20	27			3	10	31			14	21	28		
体育キッズ(金)	金 16:00~17:00	夕方		CD	36回以上	なし	6	13	20	27			3	31			7	14	21	28	
体育ジュニア(金)	金 17:00~18:00						6	13	20	27			3	31			7	14	21	28	
親子卓球教室	金 19:30~21:00	夜間	アリーナ	A	36回	なし	13	20	27			3	10	31			7	14	21		
バドミントン入門	金 19:30~21:30	夜間	アリーナ	CD	36回以上	なし	6	13	20			3	10	24	31		7	14	21		
バドミントン初級	金 19:30~21:30	夜間	アリーナ	CD	36回以上	なし	6	13	20			3	10	24	31		7	14	21		
ジュニアバスケットボール(3・4年)	金 16:30~17:30	夕方		AB			6	20	27			3	10	31			7	14	21		
ジュニアバスケットボール(5・6年)	金 17:30~19:00	夕夜		AB	36回	なし	6	20	27			3	10	31			7	14	21		
ジュニアバスケットボール(中学男女)	金 19:00~21:00	夜間		B			6	20	27			3	10	31			7	14	21		
<b>土曜日</b>																					
屋下がりピラティス	金 13:15~14:15		スタジオ		36回以上	なし	6	13	20			3	24	31			14	21	28		
ジュニアアスリート体幹育成塾	金 19:30~21:00		研修室	全面	36回以上	なし	6	13	20			3	10	24	31		7	14	21		
ジュニアサッカー1~3年	金 16:30~17:30						6	13	20			3	17	24			7	14	21	28	
ジュニアサッカー4~6年	金 17:30~18:30	夕方	B&G体育館	全面	36回以上	なし	6	13	20			3	17	24			7	14	21	28	
硬式テニス(いこいの広場)	金 19:00~21:00	夜間	いこい	1・2	36回以上	なし	8	13	20	27		3	10	17	24		7	14	21		
<b>日曜日</b>																					
気功健康法	土 9:00~10:30		スタジオ	30回	8,12月	7	14	21				8月休講				8	15	29			
ジャズダンス	土 14:30~16:00		控室1	36回以上	なし	7	14	21				4	18	25			1	8	15	29	
<b>月曜日</b>																					
ジュニアパワーアップ塾	土 13:00~14:00	午後	ア・武・ス	36回	8,12月	14ス	21ス	28ス				18ス	25ス				1ス	15ス	22ス	29ス	
<b>火曜日</b>																					
ジュニアアスレチック(陸上)	土 9:00~12:00	午前	安養寺・いこい	36回	なし	7安	14安	21安	28安			4安	11安	18安	25安		8安	15安			
<b>水曜日</b>																					
ジュニアゴルフ(第2・4土曜日)	土 13:00~13:50		葛城ゴルフ倶楽部	24回	なし	14	21					4	18				8	22			
社交ダンスサークル	土 14:00~16:00		あすなろ・シオーネ	36回以上	なし	14千	21千	28シ				11シ	18千	25千			1シ	15シ	22シ	29シ	
新茶マラソンチャレンジ	土 13:30~15:30		さんりーな 他	36回以上	なし	7	21	28				4	11祝	18	25		1	15	22	29	
<b>木曜日</b>																					
フットサル	日 19:00~21:00			AB	36回以上	なし	8	22	29			5	12	19			2	9	16	23祝	
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	8	22	29			8月休講				2	9	23祝			
ジュニアソフトテニス(さんりーな)	日 18:50~21:00	夜間	アリーナ	D	33回	8月	8	22	29			8月休講				2	9	23祝			
ジュニアカヌー(第2・4日曜日)	日 14:00~16:00		掛川艇庫・大東艇庫	24回	なし	1掛	8掛	15掛				19掛	26大				2掛	9掛			
カヌー&ヨット	日 14:00~16:00		掛川艇庫・大東艇庫	24回	なし	1掛	8掛	15掛				19掛	26大				2掛	9掛			
<b>プールプログラム</b>																					
<b>月曜日</b>																					
水泳成人入門初級(月)	月 13:00~14:00						2	9	23	30			6	20	27			3	10		
水泳キッズ(月)	月 15:30~16:30		プール		36回以上	なし	2	9	23	30			6	20	27			3	10		
水泳ジュニア(月) A16:30~	月 16:30~17:30		プール		36回以上	なし	2	9	23	30			6	20	27			3	10		
水泳ジュニア(月) B17:30~	月 17:30~18:30		プール		36回以上	なし	2	9	23	30			6	20	27			3	10		
<b>水曜日</b>																					
わくわくAQUA	水 10:30~11:30						4	11	18	25			1	8	29			5	12	19	
機能水泳	水 11:30~12:30						4	11	18	25			1	8	29			5	12	19	
水泳キッズ(水)	水 15:30~16:30		プール		36回以上	なし	4	11	25			1	8	22	29			5	12	19	
水泳ジュニア(水) A16:30~	水 16:30~17:30		プール		36回以上	なし	4	11	25			1	8	22	29			5	12	19	
水泳ジュニア(水) B17:30~	水 17:30~18:30		プール		36回以上	なし	4	11	25			1	8	22	29			5	12	19	
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	4	11	25			1	8	22	29			5	12	19	
<b>木曜日</b>																					
親子スイミング1(木)	木 10:00~11:00						5	12	26			2	9	23	30			6	13	20	
親子スイミング2(木)	木 11:00~12:00						5	12	26			2	9	23	30			6	13	20	
水泳成人入門~中級(木)	木 11:00~12:00		プール		36回以上	なし	5	19	26			2	23	30			6	13	20	27	
水泳キッズ(木)	木 15:30~16:30		プール		36回以上	なし	5	12	26			2	9	23	30			6	13	20	
水泳ジュニア(木) A16:30~	木 16:30~17:30		プール		36回以上	なし	5	12	26			2	9	23	30			6	13	20	
水泳ジュニア(木) B17:30~	木 17:30~18:30		プール		36回以上	なし	5	12	26			2	9	23	30			6	13	20	
<b>金曜日</b>																					
親子スイミング1(金)	金 10:00~11:00						6	13	27			3	10	24	31			7	14	21	28
親子スイミング2(金)	金 11:00~12:00						6	13	27			3	10	24	31			7	14	21	28
水泳キッズ(金)	金 15:30~16:30		プール		36回以上	なし	6	13	27			3	10	24	31			7	14	21	28
水泳ジュニア(金) A16:30~	金 16:30~17:30		プール		36回以上	なし	6	13	27			3	10	24	31			7	14	21	28
水泳ジュニア(金) B17:30~	金 17:30~18:30		プール		36回以上	なし	6	13	27			3	10	24	31			7	14	21	28
水泳成人入門初級(金)	金 19:30~20:30		プール		36回以上	なし	6	13	27			3	10	24	31			7	14	21	28
<b>土曜日</b>																					
掛スボスイムチャレンジ	土 19:30~20:30		プール		36回以上	なし	7	14	21			4	18	25			1	8	15	22	29
<b>シオーネ会場</b>																					
かんたんエアロ	水 9:45~10:45	午前					36回以上	なし	4	11	18	25		29				5	12	19	26
健康体操	水 13:00~14:00	午後					36回以上	なし	4	11	18			1和	8和	22和	29	5	12	19	
ピラティス	水 14:15~15:15	午後	シオーネ	小ホール	36回以上	なし	4	11	18				1和	8和	22和	29	5	12	19		
とくとく長寿体操(シオーネ)	木 10:00~11:30	午前	シオーネ	小ホール	36回以上	なし	19	26					16	30			6	13	20	27	
かんたんヨーガ	金 20:00~21:00	夜間					36回以上	なし	6	13	20	27		3和	17	31		7	14	21	28

# 2018年度 掛スポ教室日程表 7月～10月 【会場:武道場】

2018/8/12 現在

※7/17(火)～10/12(金)の期間は武道場の天井改修工事が行われるため、代替施設での開催となります。

※開催回数は7月～10月の4ヶ月間で14回となります。(回数が不足する場合は次のクールで補います)

※剣道・剣道ジュニアは開催回数確保のため代替施設以外でも開催します。

会場は、「A」が『さんりーな アリーナ Aコート』、「C」が『さんりーな アリーナ Cコート』、「BG」が『B&G体育館(半面)』となります。

曜日	教室名	代替施設	7月				8月				9月				10月						
月	とくとく長寿体操	B&G体育館 全面	2 武	9 武	16 武	23 BG	6 BG	20 BG	27 BG			3 BG	10 BG	24 BG			1 BG	15 武	22 武	29 武	
	健やかヨーガ	さんりーな 研修室全面	2 武	9 武	23 研	30 研	6 研	20 研	27 研			3 研	10 研	※24研			1 研	15 武	22 武	29 武	
	リフレッシュヨーガ	さんりーな 控室2	2 武	9 武	16 武	23 控	6 控	20 控	27 控			3 控	10 控	17 控	24 控			1 控	15 武	29 武	
	キッズジュニアクラシックバレエ入門 キッズジュニアクラシックバレエ	B&G体育館 全面	9 武	16 武	23 BG	30 BG	6 BG	20 BG	27 BG			3 BG	10 BG	24 BG			1 BG	15 武	22 武	29 武	
	空手道・空手道ジュニア	B&G体育館 半面(東側)	2 武	9 武	23 BG	30 BG	6 BG	13 BG	20 BG	27 BG			3 BG	10 BG			1 BG	15 武	22 武	29 武	
水	クラシックバレエエクササイズ入門 クラシックバレエエクササイズ	さんりーな アリーナ Bコート	4 武	11 武	18 ア	25 ア	1 ア	8 ア	29 ア			5 ア	12 ア	26 ア			3 ア	17 武	24 武	31 武	
	マイレフラナプア・ホアロハ・クプナ	さんりーな アリーナ Aコート	4 武	11 武	18 ア	25 ア	1 ア	8 ア	22 ア			5 ア	12 ア	19 ア	26 ア			3 ア	10 ア	17 武	24 武
	新体操キッズ・ジュニア(水)	さんりーな アリーナ Aコート	4 武	11 武	18 ア		8 ア	29 ア				5 ア	12 ア	19 ア	26 ア			3 ア	10 ア	17 武	31 武
	ジュニア卓球	さんりーな アリーナ Aコート	4 武	11 武	18 ア	25 ア	1 ア	8 ア	29 ア			5 ア	12 ア	26 ア			3 ア	17 武	24 武	31 武	
	卓球(硬式)サークル	さんりーな アリーナ Bコート	4 武	11 武	18 ア	25 ア	1 ア	8 ア	29 ア			5 ア	12 ア	26 ア			3 ア	17 武	24 武	31 武	
木	トランポビクス	さんりーな アリーナ Bコート	5 武	12 武	19 ア	26 ア	2 ア	9 ア	30 ア			6 ア	13 ア	20 ア			4 ア	11 ア	18 武	25 武	
	レディース体操	さんりーな アリーナ Bコート	5 武	12 武	19 ア	26 ア	2 ア	9 ア	30 ア			6 ア	13 ア	20 ア			4 ア	11 ア	18 武	25 武	
	合気道・合気道ジュニア	さんりーな 研修室全面	5 武	12 武	19 研	26 研	2 研	23 研	30 研			6 研	13 研	27 研			4 研	11 研	18 武	25 武	
	スポーツ銃剣道・銃剣道ジュニア	B&G体育館 半面(東側)	5 武	12 武	19 BG	26 BG	23 BG	30 BG				6 BG	13 BG	20 BG	27 BG			4 BG	11 BG	18 武	25 武
金	太極拳(初級)・(中級)	さんりーな アリーナ Aコート	6 武	13 武	20 ア	27 ア	3 ア	10 ア				7 ア	14 ア	21 ア	28 ア			5 ア	12 ア	19 武	
	新体操キッズ・ジュニア(金)	さんりーな アリーナ Cコート	6 武	13 武	20 ア	27 ア	3 ア	10 ア				7 ア	14 ア	21 ア	28 ア			5 ア	12 ア	19 武	26 武
土	なぎなた	B&G体育館 半面(西側)	7 武	14 武	21 BG	28 BG	4 BG	18 BG	25 BG			1 BG	8 BG	15 BG			6 BG	13 武	20 武	27 武	
	剣道・剣道ジュニア	さんりーな アリーナ Cコート	7 武	14 武	21 C		4 C	18BG	25 A			1 C	8 C	15C	29 C			6 C	13 武	20 武	27 武

平成30年度

# 『し～すぽ』掛スポプログラム 7月～9月 日程表

定期プログラム	曜日：時間帯		会 場	月会費	7月					8月					9月				
	月	15:30~16:20			アリーナ	3,780円	2	9	30			6	20	27			3	10	17
キッズトランポリン	月	15:30~16:20	アリーナ	3,780円	2	9	30			6	20	27			3	10	17		
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	9	30			6	20	27			3	10	17		
HIP HOP ジュニア	月	①17:50~18:50 ②18:50~19:50	体力測定室	2,700円	2	9	30			6	20	27			3	10	17		
バドミントン教室	月	19:30~21:15	アリーナ	2,700円	2	9	30			6	13	20			3	17	24		
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	9	30			6	13	20			3	17	24		
生涯ヨガ	月	19:30~20:45	研修室	2,700円	2	9	30			6	13	20			3	17	24		
ソフトテニス(月)	月	17:00~19:00	アリーナ	3,240円	9	16	30			6	20	27			3	10	17		
体育キッズ(火)	火	16:30~17:30	アリーナ	3,780円	3	10	17			21	28				4	11	18	25	
体育ジュニア(火)	火	17:30~18:30	アリーナ	3,780円	3	10	17			21	28				4	11	18	25	
レディース体操	水	13:30~15:00	体力測定室	2,700円	4	11	18	25		8	22	29			5	12	19	26	
体育キッズ(水) 15:30~	水	15:30~16:20	アリーナ	3,780円	4	11	18			21	28				5	12	19	26	
体育キッズ(水) 16:20~	水	16:20~17:20	アリーナ	3,780円	4	11	18			21	28				5	12	19	26	
体育ジュニア(水)	水	17:20~18:20	アリーナ	3,780円	4	11	18			21	28				5	12	19	26	
新体操キッズ(水)	水	15:30~16:30	アリーナ	3,780円	4	11	18			21	28				5	12	19	26	
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			21	28				5	12	19	26	
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			21	28				5	12	19	26	
ジュニアバドミントン	水	18:45~19:45	アリーナ	3,780円	4	11	18			21	28				5	12	19	26	
ジュニア卓球	水	17:00~18:30	体力測定室	3,780円	4	18	25			8	22	29			5	12	19	26	
空手道ジュニア・空手道	水	19:00~20:30	体力測定室	2,700円	4	18	25			8	22	29			5	12	19	26	
しなやか太極拳	木	10:30~12:00	体力測定室	2,700円	5	12	19	26		2	9	23			13	20	27		
キッズフットサル	木	16:00~16:50	アリーナ	3,780円	5	19	26			2	9	23	30		6	20	27		
ジュニアフットサル	木	17:00~18:00	アリーナ	3,780円	5	19	26			2	9	23	30		6	20	27		
ジュニアアスリート体幹育成塾	木	19:30~21:00	アリーナ・会議室	3,780円	5	19	26			2	9	23	30		6	20	27		
らくらくヨガ	金	13:00~14:00	体力測定室	2,700円	6	20	27			3	17	31			7	14	21	28	
習字教室	金	16:30~17:30	研修室	3,240円	6	20	27			3	17	31			7	14	21		
ソフトテニス	土	15:30~18:30	アリーナ	3,240円	7	21	28			4	18	25			1	8	15	22	