

東スポーツクラブ令和4年9月活動予定表

サークル

曜日	月		火			水	第1・2・4水	第2・4水	第3水	木	
サークル名	健康体操	卓球	楊名時健康太極拳	タイ式ヨガ ルーシーダットン	ボウリング	初・始めてエアロ	(昼)腰痛予防改善(夜)	ストレッチ体操	杜快ソフトエアロ	ソフトエアロ	
時間	10:00-11:30	13:00-15:00	13:30-14:30	19:30-20:30	19:30-21:00	13:00/14:00	13:30-14:30	19:30-20:30	13:30-14:30	13:30-14:30	19:30-20:30
会場	総合体育館	総合体育館	総合体育館	総合体育館	稲沢	健康ドーム	総合体育館	総合体育館	総合体育館	総合体育館	総合体育館
	アリーナ	多目的ホール+アリーナ	多目的ホール	軽運動室	グランドボウル	アリーナ	アリーナ南側	軽運動室	多目的ホール	多目的ホール	多目的ホール
活動日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	1	1
	5	5	6	6 休講	6	7	7	/	/	8	8
	12	12	13	13 休講	13	14	14	14	/	15	15
	19 休み	19 休み	20 休み	20 休み	20	21	/	/	21	22	22
	26	26	27	27 休講	27	28	28	28	/	29 休み	29 休み

サークル

曜日	金	
サークル名	気功	楊名時健康太極拳
時間	13:30-14:30	13:30-14:50
会場	総合体育館	健康ドーム
	アリーナ	軽運動室
活動日	2	2
	9	9
	16	16
	23 休み	23 休み
	30	30 休み

スクール

曜日	火	土	第2・4土
スクール名	キッズ ヒップホップ	剣道	ジュニア 卓球
時間	18:30-19:20	13:15~15:00	10:00~11:50
会場	総合体育館	総合体育館	健康ドーム
	軽運動室	剣道場	アリーナ
活動日	/	3	/
	6 代講	10	10
	13 代講	17	/
	20 休み	24	24
	27 代講	/	/

東スポーツクラブ事務局開局日時

月曜 9:00~15:00

水曜 13:00~15:00

金曜 13:00~15:00

※体育館休館日・その他臨時でお休みすることがあります

☎0568-70-5479

◎常時活動参加当日は検温をすませてきてください。

◎体調がすぐれない方は参加を見合わせてください。

◎十分な休息・たっぷり水分補給

☆十分な距離の確保 ☆マスクの着用 ☆手洗い 手指消毒