

サークル



東スポーツクラブ平成29年8月

活動予定表



HP用

| 曜日 | 月 | | | 第2・4月 | 火 | | 水 | 第2・4水 | 第2・4水 | 第3水 | 木 | |
|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| サークル名 | 健康体操 | 卓球 | ソフトエアロ | ショートテニス | 楊名時健康太極拳 | ボウリング | 初・始めてエアロ | 腰痛予防改善 | | ストレッチ体操 | ソフトエアロ | ソフトエアロ |
| 時間 | 10:00~11:30 | 13:30~15:00 | 19:30~20:30 | 19:00~20:30 | 13:30~14:30 | 19:30~21:00 | 9:30~/10:40~ | 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 | 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 | アリーナ | 多目的ホール | グランドボウル | 軽運動室 | 柔道場 | みんなのスポーツルーム | 柔道場 | 多目的ホール | 多目的ホール |
| 活動日 | / | / | / | / | 1 | 1 | 2 | / | / | / | 3 | 3 |
| | 7 | 7 | 7 | / | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | / | 10 | 10 |
| | 14 休み | 14 休み | 14 休み | 14 休み | 15 休み | 15 休み | 16 休み | / | / | / | 17 休み | 17 休み |
| | 21 休み | 21 休み | 21 休み | / | 22 | 22 | 23 | 23 | 23 | / | 24 | 24 |
| | 28 | 28 | 28 | 28 | 29 | 29 | 30 休み | / | / | 30 | 31 | 31 |

サークル

| 曜日 | 金 | | 土 |
|-------|-------------|-------------|-------------------|
| サークル名 | 気功 | 陳式太極拳 | タイ式ヨガ ルーシーダットン |
| 時間 | 13:30~14:30 | 13:30~14:50 | 15:30~16:30 |
| 会場 | 総合体育館 | 健康ドーム | 総合体育館 |
| | アリーナ | 軽運動室 | 多目的ホール |
| 活動日 | 4 | 4 | 5 |
| | 11 休み | 11 休み | 12 休み |
| | 18 | 18 | 19 |
| | 25 | 25 | 26 |
| | / | / | / |

テニス

| 曜日 | 木 | 金 |
|-------|-------------|-------------|
| サークル名 | テニス | ナイターテニス |
| 時間 | 10:00~11:30 | 19:30~21:00 |
| 会場 | 二子 | 二子 |
| | テニスコート | テニスコート |
| 活動日 | 3 休み | 4 |
| | 10 休み | 11 休み |
| | 17 休み | 18 |
| | 24 休み | 25 |
| | 31 休み | / |

スクール

| 曜日 | 土 | | 第2・4土 | 日 |
|-------|---------------|-------------|----------------|--------------|
| サークル名 | キッズ ヒップホップ | 剣道 | ジュニア バレーボール | ミニミニ サッカー |
| 時間 | 16:45~17:35 | 13:15~15:00 | 10:00~11:50 | 9:30~11:30 |
| 会場 | 総合体育館 | 総合体育館 | 健康ドーム | 師勝東小学校 |
| | 多目的ホール | 剣道場 | アリーナ | 運動場 |
| 活動日 | 5 | 5 | / | 6 休み |
| | 12 休み | 12 休み | 12 | 13 休み |
| | 19 | 19 休み | / | 20 休み |
| | 26 | 26 | 26 | 27 休み |
| | / | / | / | / |

お知らせ

- 暴風警報発令中は、活動は中止です。
- 暑い日が続きます。活動中は無理をせず、水分補給を十二分に行ってください。
- 8月11日(金)~17日(木)は活動休止期間です。
- 8月のストレッチ体操は、第5水曜日に行われます。
- 8月の気功は、会場が剣道場に変更になります。

- サークル・スクールに参加される場合は、必ず会員証を提示してください。
- サークル・スクールや各種イベント等活動スケジュールは、下記のインターネットからでもご覧いただけます。

携帯電話からは <http://www.fureai-sc.jp/higashi/m/>

※ 会員証裏面のQRコードから簡単にアクセス出来ます