

東スポーツクラブの種目を



この機会に、一步踏み
出してみませんか！



11月

体験しよう！

参加費は、1回100円です。直接会場へおこしてください。

曜 日	種 目	対 象	時 間	会 場
月	健康体操	大 人、	10:00～11:30	総合体育館アリーナ
	卓 球	大 人	13:30～15:00	総合体育館 多目的ホール+アリーナ
	ソフトエアロ	大 人	19:30～20:30	総合体育館多目的ホール
第2・4月	ショートテニス	大人及び小3 以上の親子	19:00～20:30	総合体育館アリーナ
火	楊名時健康太極拳	大 人	13:30～14:30	総合体育館多目的ホール
第2・4水	腰痛予防改善	大 人	13:30～14:30 19:30～20:30	総合体育館多目的ホール
第3水	ストレッチ体操	大 人	13:30～14:30	総合体育館多目的ホール
木	テニス	大 人	10:00～11:30	二子テニスコート
	ソフトエアロ	大 人	13:30～14:30	総合体育館多目的ホール
	ソフトエアロ(骨盤体操)	大 人	19:30～20:30	総合体育館多目的ホール
金	気 功	大 人	13:30～14:30	総合体育館アリーナ
	ナイターテニス	大人及び中学生 以上の親子	19:30～21:00	二子テニスコート
土	剣 道	小学5～6年生	13:15～15:00	総合体育館アリーナ
	タイ式ヨガ	小学生～大人	15:30～16:30	総合体育館多目的ホール
	キッズヒップホップ(入門)	小 学 生	16:45～17:35	総合体育館多目的ホール
日	ミニミニサッカー	小学3～6年生 女子も親子も可	9:30～11:30	師勝東小学校運動場

※ アリーナで行う種目は、上靴が必要です。



問い合わせ先

東スポーツクラブ(総合体育館内)

TEL 0568-70-5479