

東スポーツクラブ令和 7 年 1 2 月活動予定表

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	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	壮快ソフトエアロ	ソフトエアロ	
時 間	10:00-11:30	13:00-15:00	13:30 -14:30	19:30-21:00	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	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	グランドボウル	軽運動室	アリーナ南側	軽運動室	多目的ホール	アリーナ	多目的ホール
	1	1	2	2	3	3			4	4
	8	8	9	9	10 ※B ズンバ	10	10		11	11
	15休み	15休み	16	16	17 ※C ズンバ			17	18	18
	22	22	23	23	24	24	24		25休み	25休み
	29休み	29休み	30休み	30休み	31休み					

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
	5	5
	12	12
	19	19
	26休み	26休み

曜日	火	土	第2・4土
スクール名	ヒップホップ	剣 道	ジュニア卓球
時 間	18:45/19:45	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
	多目的ホール	剣道場	アリーナ
	2	6	
	9	13	13
	16	20	
	23	27休み	27休み
	30休み		

※初めて・始めてエアロビクス※

第2のB時間帯(13:00~)ズンバ

第3のC時間帯(14:00~)ズンバ

を行います。

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・スポーツクラブ休止期間

その他臨時でお休みすることがあります

☎0568-70-5479