

令和5年 2023年

# 11月の活動予定表



鴨田スポーツクラブ

TEL 0568-22-4480

## サークル

曜日	月	火	水		第1・3水	木		第2・4金	金	金
種目	ストレッチ～ リズムカルなエアロ	ボウリング	テニス	ナイターテニス	ヨガ	健康づくり	卓球 ラージボール	ママ&みんなでエアロ みんなでヨガ	楊名時健康太極拳	ファミリー カローリング
時間	19:30～20:30	19:30～21:00	10:00～12:30	19:30～21:00	19:45～20:45	9:00～10:00	19:30～21:00	9:30～10:30 10:40～11:40	13:30～14:50	19:30～21:00
場所	鴨田小	稲沢グランドボウル	西春中	白木中	健康ドームアリーナ	鴨田小		健康ドーム軽運動室	健康ドーム軽運動室	鴨田小
活動日			1	学)1 休み	1	2	2		祝)3 休み	祝)3 休み
	6	7	8	8		9	9	10 軽運動室	10	10
	13	14	15	15	15	学)16 休み	16		17	17
	20	21	22	22		祝)23 休み	祝)23 休み	24 アリーナ	24	24
	27	28	29 休み	29 休み		30	30 休み			

## ふれあいサークル

曜日	第1・3土	第2・4土	
種目	なかよし ソフトバレー	トータル スポーツ	ファミリー ショートテニス
時間	13:30～15:00	9:00～10:30	13:30～15:00
場所	鴨田小		
活動日	4		
		11	11
	18		
		25	25

## スクール

第2・4土	第2・4土日
バスケットボール	ソフトテニス
10:40～12:00	9:00～11:00
鴨田小	白木中
11	11
	12
25	25
	26

## 大人のみ

第2・4土日
ソフトテニス
11:00～13:00
白木中
11
12
25
26

## ふれあいスポーツプログラム

水	第2・4土
初めてエアロ・始めてエアロ	Jr卓球
13:00～13:45   14:00～14:45	10:00～11:50
健康ドーム軽運動室	健康ドームアリーナ
1	
8	11
15	
22	25
29 休み	

連絡事項	学) 学校使用 ※ 1日-15日初・始めてエアロC はお試して「ズンバ」を行います。	お知らせ	※ ボウリング送迎バスはなくなりました
	祝) 祝日		※活動に参加する時は必ず <u>会員証</u> をお持ち下さい。