

10月 ☆スポーツ教室 予定表☆

月	火	水	木	金	土
			1 10:30～11:30 親子ではじめるスポーツ 12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級) 13:15～14:45 健康維持スポーツ	2 10:00～11:00 整えヨガ 15:40～16:40 幼児体育教室	3 13:00～14:10 親子deうんどうあそび 【トランポリン】
	・・大人向けスクール 白抜き文字 ・・体力づくり教室一括申込 ・・子ども向けスクール				
5	6	7	8	9	10
10:00～11:00 ピラティス	10:00～14:00 卓球スクール 10:00～11:00 ZUMBA® 15:30～19:40(堤) タイガースアカデミー ベースボールスクール 16:45～17:45 K-POPダンススクール 17:00～19:50 大阪エヴェッサ バスケットボールスクール 19:15～20:15 サルセーション	9:00～11:50 バドミントンスクール (初級・中上級) 10:00～11:00 かんたんトレーニング 13:30～14:30 シェイプアップ 15:30～17:45(堤) ミズノ×大阪成蹊大学 フットサルスクール 18:10～20:55(堤) ビククルボールスクール (初級・中上級)	12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級) 13:15～14:45 健康維持スポーツ	10:00～11:00 整えヨガ 10:00～11:30 障がい児・者 スポーツ教室 15:40～16:40 幼児体育教室	9:15～10:25 ジュニアスポーツ 10:35～11:50 障がい児親子体育教室
12	13	14	15	16	17
	休館日	9:00～11:50 バドミントンスクール (初級・中上級) 10:00～11:00 かんたんトレーニング 13:30～14:30 シェイプアップ 15:30～17:45(堤) ミズノ×大阪成蹊大学 フットサルスクール 18:10～20:55(堤) ビククルボールスクール (初級・中上級)	10:30～11:30 親子ではじめるスポーツ 12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級) 13:15～14:45 健康維持スポーツ	10:00～11:00 整えヨガ 15:40～16:40 幼児体育教室	9:15～10:25 ジュニアスポーツ 10:35～11:50 障がい児親子体育教室
19	20	21	22	23	24
10:00～11:00 ピラティス 19:00～20:30 みんなで パラスポーツを 楽しもう	10:00～14:00 卓球スクール 10:00～11:00 ZUMBA® 15:30～19:40(堤) タイガースアカデミー ベースボールスクール 16:45～17:45 K-POPダンススクール 17:00～19:50 大阪エヴェッサ バスケットボールスクール 19:15～20:15 サルセーション	9:00～11:50 バドミントンスクール (初級・中上級) 10:00～11:00 かんたんトレーニング 13:30～14:30 シェイプアップ 15:30～17:45(堤) ミズノ×大阪成蹊大学 フットサルスクール 18:10～20:55(堤) ビククルボールスクール (初級・中上級)	10:30～11:30 親子ではじめるスポーツ 12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級) 13:15～14:45 健康維持スポーツ	10:00～11:00 整えヨガ 10:00～11:30 障がい児・者 スポーツ教室 15:40～16:40 幼児体育教室	9:15～10:25 ジュニアスポーツ 10:35～11:50 障がい児親子体育教室
26	27	28	29	30	31
10:00～11:00 ピラティス	10:00～14:00 卓球スクール 10:00～11:00 ZUMBA® 15:30～19:40(堤) タイガースアカデミー ベースボールスクール 16:45～17:45 K-POPダンススクール 17:00～19:50 大阪エヴェッサ バスケットボールスクール 19:15～20:15 サルセーション	9:00～11:50 バドミントンスクール (初級・中上級) 10:00～11:00 かんたんトレーニング 13:30～14:30 シェイプアップ 15:30～17:45(堤) ミズノ×大阪成蹊大学 フットサルスクール 18:10～20:55(堤) ビククルボールスクール (初級・中上級)	10:30～11:30 親子ではじめるスポーツ 12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級) 13:15～14:45 健康維持スポーツ	10:00～11:00 整えヨガ 15:40～16:40 幼児体育教室	9:15～10:25 ジュニアスポーツ 10:35～11:50 障がい児親子体育教室 13:00～14:10 親子deうんどうあそび 【親子de忍者学校】
			10/26～30 無料体験week 詳細はHPをご覧ください		

☆詳細は窓口にてお問い合わせください☆

総合スポーツセンター 072-677-8200