

9月 ☆スポーツ教室 予定表☆

月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
	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	10:00～11:00 キックボクシングエクササイズ 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) ピクセルボールスクール (初級・中上級)	12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級)	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 10:40～11:40 親子ではじめるスポーツ 13:00～14:10 親子deうんどうあそび 【走り方】
7 10:00～11:00 ピラティス	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 キックボクシングエクササイズ 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) ピクセルボールスクール (初級・中上級)	12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級)	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 10:40～11:40 親子ではじめるスポーツ
14 10:00～11:00 ピラティス		9:00～11:50 バドミントンスクール (初級・中上級) 10:00～11:00 キックボクシングエクササイズ 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) ピクセルボールスクール (初級・中上級)	12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級)	10:00～11:00 整えヨガ 15:40～16:40 幼児体育教室	9:30～16:30 ココテラス預かり教室
21		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	12:10～14:55 バドミントンスクール (初級・中上級)	10:00～11:00 整えヨガ 10:00～11:30 障がい児・者 スポーツ教室	
28 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 キックボクシングエクササイズ 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) ピクセルボールスクール (初級・中上級)	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 ☆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		