

8月 ☆スポーツ教室 予定表☆

月	火	水	木	金	土
					1
					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
3	4	5	6	7	8
10:00～11:00 ピラティス	10:00～14:00 卓球スクール	9:00～11:50 バドミントンスクール (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	9:15～10:25 ジュニアスポーツ
	10:00～11:00 ZUMBA®	10:00～11:00 キックボクシングエクササイズ		15:40～16:40 幼児体育教室	10:40～11:40 親子ではじめるスポーツ
	15:30～19:40(堤) タイガースアカデミー	10:00～11:00 かんたんトレーニング			
	ベースボールスクール	13:30～14:30 シェイプアップ			
	16:45～17:45 K-POPダンススクール	15:30～17:45(堤) ミズノ×大阪成蹊大学			
	17:00～19:50 大阪エヴェッサ	フットサルスクール			
	バスケットボールスクール	18:10～20:55(堤) ビックルボールスクール (初級・中上級)			
	19:15～20:15 サルセーション				
10	11	12	13	14	15
		休館日			
17	18	19	20	21	22
10:00～11:00 ピラティス	10:00～14:00 卓球スクール	9:00～11:50 バドミントンスクール (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	9:15～10:25 ジュニアスポーツ
	10:00～11:00 ZUMBA®	10:00～11:00 キックボクシングエクササイズ		15:40～16:40 幼児体育教室	10:40～11:40 親子ではじめるスポーツ
	15:30～19:40(堤) タイガースアカデミー	10:00～11:00 かんたんトレーニング			
	ベースボールスクール	13:30～14:30 シェイプアップ			
	16:45～17:45 K-POPダンススクール	15:30～17:45(堤) ミズノ×大阪成蹊大学			
	17:00～19:50 大阪エヴェッサ	フットサルスクール			
	バスケットボールスクール	18:10～20:55(堤) ビックルボールスクール (初級・中上級)			
	19:15～20:15 サルセーション				
24	25	26	27	28	29
10:00～11:00 ピラティス	10:00～14:00 卓球スクール	9:00～11:50 バドミントンスクール (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	9:15～10:25 ジュニアスポーツ
	10:00～11:00 ZUMBA®	10:00～11:00 キックボクシングエクササイズ		10:00～11:30 障がい児・者 スポーツ教室	10:40～11:40 親子ではじめるスポーツ
	15:30～19:40(堤) タイガースアカデミー	10:00～11:00 かんたんトレーニング		15:40～16:40 幼児体育教室	
	ベースボールスクール	13:30～14:30 シェイプアップ			
	16:45～17:45 K-POPダンススクール	15:30～17:45(堤) ミズノ×大阪成蹊大学			
	17:00～19:50 大阪エヴェッサ	フットサルスクール			
	バスケットボールスクール	18:10～20:55(堤) ビックルボールスクール (初級・中上級)			
31					
10:00～11:00 ピラティス					
	…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				