

令和2年度 第3期スポーツ教室開催日程表

区	種目	曜	時間	会場	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	予備	
一 般	テニス A	火	19:00~21:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/15	12/22	1/19	1/26	2/2	2/16	3/2	3/16			3/23	3/30
	テニス B	金	19:00~21:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/11	1/8	1/15	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5		3/12	3/19
	テニス C	火	19:00~21:00	大垣城ホール:1階フロア	12/15	12/22	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16	3/23	3/30
	テニス D	金	19:00~21:00	大垣城ホール:1階フロア	1/8	1/15	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12			3/19	3/26
	テニス E	火	9:30~11:30	大垣市総合体育館:第1体育館	12/15	12/22	1/19	1/26	2/2	2/16	3/2	3/16			3/23	3/30
	テニス F	水	9:00~11:00	大垣城ホール:1階フロア	12/9	12/16	12/23	1/6	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10
	テニス H	火	13:00~15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/1	12/15	12/22	1/19	1/26	2/2	2/16	3/2	3/16		3/23	3/30
	テニス I	金	13:00~15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/4	12/11	12/25	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5
	テニス J	月	13:00~15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/7	12/14	12/21	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15
	テニス L	水	13:00~15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/2	12/9	12/16	12/23	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3
	レディーステニス	火	11:30~13:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/15	12/22	1/19	1/26	2/2	2/16	3/2	3/16			3/23	3/30
	バドミントン A	火	19:00~21:00	大垣市総合体育館:第2体育館	1/19	1/26	2/2	2/16	3/2	3/16	3/23				3/30	
	バドミントン B	火	13:00~15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	1/19	1/26	2/2	2/16	3/2	3/16	3/23				3/30	
	しなやかヨガ	火	19:00~20:30	サンワーク大垣:3階ふれあいホール	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9			3/16	3/23
	セラピーヨガ A	水	10:00~11:30	大垣市武道館:第1道場	12/16	12/23	1/6	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10	3/17
	セラピーヨガ B	水	13:30~15:00	大垣市武道館:第1道場	12/16	1/6	1/20	2/3	2/17	3/3					3/17	
	心と体の健康ヨガ A	月	9:30~11:00	宇留生地区センター:多目的ホール	12/7	12/14	12/21	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	3/1	3/8	3/15	3/22
	心と体の健康ヨガ B	月	11:15~12:45	宇留生地区センター:多目的ホール	12/7	12/14	12/21	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	3/1	3/8	3/15	3/22
	スリム健康体操	木	9:15~10:45	大垣城ホール:3階多目的室	12/17	1/7	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4			3/11	3/18
	レディースエクササイズ	水	10:00~11:30	サンワーク大垣:3階ふれあいホール	12/2	12/9	12/16	12/23	1/6	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24
	スリムシェイプアップ	水	10:00~11:30	大垣市武道館:第2道場	12/16	1/13	1/20	1/27	2/17	3/10	3/17	3/24			3/31	
	シェイプスタイルアップ	木	13:30~15:00	サンワーク大垣:3階ふれあいホール	12/10	12/17	12/24	1/14	1/28	2/18	2/25	3/11			3/18	3/25
	ピュアエクササイズ	月	10:00~11:30	綾里地区センター:多目的ホール	12/7	12/14	12/21	1/18	1/25	2/22	3/8	3/15			3/22	3/29
脂肪&凝り取り体操 I	木	18:30~20:00	江東地区センター:多目的ホール	12/3	12/10	12/17	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/25	3/4	3/11	3/18	
脂肪&凝り取り体操 II	木	13:30~15:00	大垣市武道館:第2道場	12/3	12/10	12/17	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/25	3/4	3/11	3/18	
ソフトバレエ	木	13:00~15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/10	12/24	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11		
民なで踊ろう	土	9:30~11:30	北地区センター:ホール	12/5	12/12	12/19	12/26	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	