

令和4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	11回	12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	12/20	12/27	1/17	1/24	1/31	2/7	2/21	2/28					3/7	3/28	
	テニス B	金	19:00～21:00	大垣市総合体育館:第1体育館	1/13	1/20	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10					3/24	3/31	
	テニス C	火	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7					3/14	3/28	
	テニス D	金	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10					3/17	3/24	
	テニス E	火	9:30～11:30	大垣市総合体育館:第1体育館	12/20	12/27	1/17	1/24	1/31	2/7	2/21	2/28					3/7	3/28	
	テニス F	水	9:00～11:00	大垣城ホール:1階フロア	12/14	12/21	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1				3/8	3/15
	テニス H	火	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/20	12/27	1/17	1/24	1/31	2/7	2/21	2/28					3/7	3/28	
	テニス I	金	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/9	12/23	1/6	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/24	3/31	
	テニス J	月	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/19	12/26	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6			3/13	3/20	
	テニス L	水	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/21	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8			3/22	3/29	
	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	12/20	12/27	1/17	1/24	1/31	2/7	2/21	2/28					3/7	3/28	
	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	12/20	12/27	1/17	1/24	1/31	2/7	2/21	2/28					3/7	3/28	
	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	12/20	12/27	1/17	1/24	1/31	2/7	2/21	2/28					3/7	3/28	
	しなやかヨーガ	火	18:30～20:00	サンワーク大垣:3階ふれあいホール	12/20	12/27	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21					2/28	3/7	
	セラピーヨーガ A	水	10:00～11:30	大垣市武道館:第1道場	12/21	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8			3/15	3/29	
	セラピーヨーガ B	水	13:30～15:00	大垣市武道館:第1道場	12/21	1/18	2/1	2/15	3/1	3/15							3/29		
	心と体の健康ヨーガ A	月	9:15～10:45	宇留生地区センター:多目的ホール	12/26	1/16	1/30	2/6	2/13	2/27	3/6	3/13					3/27		
	心と体の健康ヨーガ B	月	11:00～12:30	宇留生地区センター:多目的ホール	12/26	1/16	1/30	2/6	2/13	2/27	3/6	3/13					3/27		
	スリム健康体操	木	9:15～10:45	大垣城ホール:3階多目的室	12/22	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16			3/23	3/30	
	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	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1					3/8	3/15	
	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	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	3/1	3/8					3/15	3/29	
	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	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16			3/23	3/30	
	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	12/19	12/26	1/16	1/23	1/30	2/6	2/20	2/27	3/6	3/13			3/20	3/27	
	脂肪&凝り取り体操Ⅰ	木	19:00～20:30	江東地区センター:多目的ホール	12/22	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	3/2	3/9	3/16			3/23	3/30	
	脂肪&凝り取り体操Ⅱ	木	13:30～15:00	大垣市武道館:第2道場	12/22	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	3/2	3/9	3/16			3/23	3/30	
	ソフトバレエ	木	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/15	12/22	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9			3/16	3/23	
民なで踊ろう	土	9:30～11:30	北地区センター:ホール	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/25	3/4	3/11					3/25			