

令和5年度 第1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	4/18	4/25	5/16	5/23	5/30	6/6	6/20	6/27	7/4				7/18	7/25
	テニス B	金	19:00～21:00	大垣市総合体育館:第1体育館	4/14	4/21	5/26	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	7/21				7/28	
	テニス C	火	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/13	6/20	6/27			7/4	7/11
	テニス D	金	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	4/14	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30			7/7	7/14
	テニス E	火	9:30～11:30	大垣市総合体育館:第1体育館	4/18	4/25	5/2	5/16	5/23	5/30	6/6	6/20	6/27	7/4			7/18	7/25
	テニス F	水	9:00～11:00	大垣城ホール:1階フロア	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19
	テニス H	火	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	4/18	4/25	5/2	5/16	5/23	5/30	6/6	6/20	6/27	7/4			7/18	7/25
	テニス I	金	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/26	6/9	6/16	6/23	6/30			7/7	7/14
	テニス J	月	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19			6/26	7/3
	テニス L	水	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21			6/28	7/5
	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	4/18	4/25	5/2	5/16	5/23	5/30	6/6	6/20	6/27	7/4			7/18	7/25
	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	4/18	4/25	5/23	5/30	6/6	6/20	6/27	7/4					7/18	7/25
	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	4/18	4/25	5/23	5/30	6/6	6/20	6/27	7/4					7/18	7/25
	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	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27			7/4	7/11
	セラピーヨーガ A	水	10:00～11:30	大垣市武道館:第1道場	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19
	セラピーヨーガ B	水	13:30～15:00	大垣市武道館:第1道場	4/19	5/17	5/31	6/7	6/21	7/5							7/19	
	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	4/3	4/10	4/24	5/1	5/8	5/15	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/24
	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	4/3	4/10	4/24	5/1	5/8	5/15	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/24
	スリム健康体操	木	9:15～10:45	大垣城ホール:3階多目的室	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22			6/29	7/6
	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	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	6/7	6/14	6/21	7/5			7/12	
	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	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/31	6/7	6/14	6/28	7/5			7/12	7/19
	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	4/13	4/20	4/27	5/11	5/25	6/8	6/15	6/22	7/6	7/13			7/20	7/27
	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	4/3	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/26	7/3	7/10	7/24
	脂肪&凝り取り体操Ⅰ	木	18:30～20:00	大垣市武道館:トレーニングセンター	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13	7/20
	脂肪&凝り取り体操Ⅱ	木	13:30～15:00	大垣市武道館:トレーニングセンター	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13	7/20
	ソフトバレエ	木	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/8	6/15	6/22			6/29	7/6
	民で踊ろう	土	9:30～11:30	北地区センター:ホール	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24			7/1	7/8