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	
親子	おとうさんといっしょ	土	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	4/15	5/6	5/20	6/3	6/17	7/1							7/8	
	わんぱく体操Ⅰ	金	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14	7/21
	わんぱく体操Ⅱ	木	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	7/6	7/13	7/20	7/27
	わんぱく体操Ⅲ	月	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/24
壮年	ラージボール卓球Ⅰ	金	9:00～11:00	大垣城ホール:1階フロア	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7			7/14	
	ラージボール卓球Ⅱ	水	9:00～11:00	大垣市総合体育館:第3体育館	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14			6/21	6/28
	うきうき体操	水	9:00～10:30	大垣城ホール:3階多目的室	4/5	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
	いきいき体操	木	13:30～15:00	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
	リフレッシュ体操	金	9:00～10:30	サンワーク大垣:3階ふれあいホール	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/9	6/16	7/7			7/14	7/21
	はつらつ体操Ⅰ	火	9:30～11:00	大垣城ホール:3階多目的室	4/4	4/11	4/18	4/25	5/2	5/9	5/16	5/30	6/6	6/13	6/27	7/4	7/11	7/25
	はつらつ体操Ⅱ	木	9:30～11:00	綾里地区センター:多目的ホール	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/22	7/6	7/13	7/20	7/27
	貯筋体操	水	9:30～11:00	川並地区センター:多目的ホール	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	6/7	6/14	6/28	7/5	7/12	7/19	7/26
	わくわく体操1	月	9:30～11:00	大垣市総合体育館:第3体育館	4/10	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/24
	わくわく体操2	木	9:30～11:00	川並地区センター:多目的ホール	4/6	4/13	4/27	5/11	5/18	5/25	6/8	6/15	6/29	7/13			7/20	7/27
	いきいきヨガ	月	13:30～15:00	大垣市武道館:第2道場	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/10	7/24	7/31
	若返り体操	土	13:30～15:00	北地区センター:ホール	4/15	5/6	6/3	6/17	7/1	7/15								8/5

※会場等の都合により、日程が変更する場合があります。ご了承ください。