

令和5年度 第2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Ⅰ	土	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	9/2	9/16	10/21	12/2	12/9									
	★おとうさんといっしょⅡ	土	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	9/9	9/30	10/14	10/28	11/11								11/25	
	わんぱく体操Ⅰ	金	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	9/15	9/22	9/29	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	
	わんぱく体操Ⅱ	木	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7	12/14	12/21
	わんぱく体操Ⅲ	月	10:00～11:30	大垣市武道館:第2道場	9/4	9/11	9/25	10/2	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/27	12/4	12/11	12/18	12/25
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	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	11/10	11/17			12/1	12/15
	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	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8			11/15	11/22
	うきうき体操	水	9:00～10:30	大垣城ホール:3階多目的室	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/8	11/15			11/22	11/29
	いきいき体操	木	13:30～15:00	大垣城ホール:3階多目的室	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9			11/16	11/30
	●リフレッシュ体操	金	9:00～10:30	荒崎地区センター:ホール	9/1	9/8	9/22	10/6	10/13	11/10	11/24	12/8					12/22	
	はつらつ体操Ⅰ	火	9:30～11:00	大垣城ホール:3階多目的室	9/5	9/12	9/26	10/3	10/17	10/24	10/31	11/7	11/21	11/28			12/5	12/12
	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	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16			11/30	12/7
	貯筋体操	水	9:30～11:00	川並地区センター:多目的ホール	9/6	9/13	9/20	9/27	10/11	10/18	10/25	11/1	11/15	11/22			11/29	12/6
	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	9/4	9/11	9/25	10/2	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18
	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	9/7	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16			11/30	12/7
	いきいきヨガ	月	13:30～15:00	大垣市武道館:第2道場	9/4	9/11	9/25	10/2	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18	12/25
	若返り体操	土	13:30～15:00	北地区センター:ホール	9/2	9/16	10/7	10/21	11/18	12/2								

※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。

★新規教室

●会場変更あり