

令和7年度 第3期スポーツ教室開催日程表

区	No.	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	1	テニス A	火	19:00～21:00	大垣市総合体育館:第1体育館	1/6	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/17					3/24	3/31
	2	テニス B	金	19:00～21:00	大垣市総合体育館:第1体育館	1/9	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6						3/13	3/27
	3	テニス C	火	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/3	3/10	3/17					3/24	3/31
	4	テニス D	金	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6				3/13	3/27
	5	テニス E	火	9:00～11:00	大垣市総合体育館:第1体育館	1/6	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/17					3/24	3/31
	6	テニス F	水	9:00～11:00	大垣城ホール:1階フロア	12/17	12/24	1/7	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11			3/18	3/25
	7	テニス H	火	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	1/6	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/17					3/24	3/31
	8	テニス I	金	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/12	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6			3/13	3/27
	9	テニス J	月	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	1/5	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16				3/23	3/30
	10	テニス L	水	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	12/10	12/17	12/24	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25			3/4	3/11
	11	レディーステニス	火	11:00～13:00	大垣市総合体育館:第1体育館	1/6	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/17					3/24	3/31
	12	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	1/6	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/17					3/24	3/31
	13	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	1/6	1/20	1/27	2/3	2/17	2/24	3/3	3/17					3/24	3/31
	14	しなやかヨーガ	火	18:30～20:00	サンワーク大垣:ふれあいホール	1/6	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17			3/24	3/31
	15	セラピーヨーガ A	水	10:00～11:30	大垣市武道館:第1道場	12/24	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11			3/18	3/25
	16	セラピーヨーガ B	水	13:30～15:00	大垣市武道館:第1道場	1/7	1/21	2/4	2/18	3/4								3/18	
	17	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	12/22	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16				3/23	3/30
	18	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	12/22	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16				3/23	3/30
	19	スリム健康体操	木	9:15～10:45	大垣城ホール:3階多目的室	12/25	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12			3/19	3/26
	20	レディースエクササイズ	水	10:00～11:30	サンワーク大垣:ふれあいホール	1/7	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11					3/18	3/25
	21	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	1/7	1/14	1/21	1/28	2/18	2/25	3/4	3/11					3/18	3/25
	22	シェイプスタイルアップ	木	13:30～15:00	サンワーク大垣:ふれあいホール	1/8	1/15	1/22	2/5	2/12	2/19	3/5	3/12					3/19	3/26
	23	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	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9	3/16					3/23	3/30
	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	12/11	12/18	12/25	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19
	25	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	12/11	12/18	12/25	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19
	26	ソフトバレエ	木	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	12/18	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5			3/12	3/19
	27	民なで踊ろう	土	9:30～11:30	北地区センター:ホール	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28					3/14	3/28