

令和8年度 第1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	4/7	4/21	4/28	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7			7/21	7/28
	2	テニス B	金	19:00～21:00	大垣市総合体育館:第1体育館	4/17	4/24	5/8	5/15	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10			7/17	7/24
	3	テニス C	火	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16			6/23	6/30
	4	テニス D	金	19:00～21:00	大垣城ホール:1階フロア	4/10	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/19	6/26			7/3	7/10
	5	テニス E	火	9:00～11:00	大垣市総合体育館:第1体育館	4/7	4/21	4/28	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7			7/21	7/28
	6	テニス F	水	9:00～11:00	大垣城ホール:1階フロア	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24			7/1	7/8
	7	テニス H	火	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	4/7	4/21	4/28	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7			7/21	7/28
	8	テニス I	金	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	4/3	4/10	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	6/5	6/12	6/19			6/26	7/3
	9	テニス J	月	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29			7/6	7/13
	10	テニス L	水	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第1体育館	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24			7/1	7/8
	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	4/7	4/21	4/28	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30	7/7			7/21	7/28
	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	4/21	4/28	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30					7/7	7/21
	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	4/21	4/28	5/19	5/26	6/2	6/16	6/23	6/30					7/7	7/21
	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	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	7/28
	15	からだ調整ヨーガ	金	10:00～11:30	荒崎地区センター:ホール	4/3	4/10	4/24	5/1	5/8	5/22	5/29	6/5	6/12	6/26	7/3	7/10	7/24	7/31
	16	セラピーヨーガ A	水	10:00～11:30	大垣市武道館:第1道場	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/17	6/24	7/1	7/15			7/22	7/29
	17	セラピーヨーガ B	水	13:30～15:00	大垣市武道館:第1道場	4/15	5/20	6/17	7/1	7/15								7/29	
	18	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	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/8	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13	7/27
	19	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	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/8	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13	7/27
	20	スリム健康体操	木	9:15～10:45	大垣城ホール:3階多目的室	4/2	4/9	4/16	4/23	5/14	5/21	5/28	6/4	6/18	6/25			7/2	7/9
	21	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	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1			7/8	7/15
	22	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	4/1	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/10	6/17	6/24	7/8	7/15	7/22	7/29
	23	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	4/9	4/16	4/23	5/7	5/14	5/21	6/4	6/11	6/18	7/2	7/9	7/16	7/23	7/30
	24	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	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13	7/27
	25	ボーンピラティス&ステップⅠ	木	18:30～20:00	大垣市武道館:多目的ホール	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9
	26	ボーンピラティス&ステップⅡ	木	13:30～15:00	大垣市武道館:多目的ホール	4/2	4/9	4/16	4/23	4/30	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2	7/9
	27	ソフトラレー	木	13:00～15:00	大垣市総合体育館:第2体育館	4/16	4/23	4/30	5/7	5/21	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2			7/9	7/16
	28	民なで踊ろう	土	9:30～11:30	北地区センター:ホール	4/11	4/25	5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20			6/27	7/4