庄内体育館　スポーツ教室タイムスケジュール　2021年 4月

月曜日

第1競技場

- 大人体験トランポリン（定員：20名）
  10:00–11:00
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- リズム体操（定員：100名）
  10:00–11:30
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- 幼児トランポリン（定員：20名）
  15:30–16:30
  5・6歳
- こどもトランポリン（定員：20名）
  16:40–17:40
  小学1～3年生

第2競技場

- ソフトエアロビクスA（定員：50名）
  9:30–10:40
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- エアロビクスA（定員：50名）
  10:50–12:00
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- いきいき体操A（定員：55名）
  13:00–14:30
  中高齢者
- すくすくきっずスポーツ（定員：20名）
  15:15–16:15
  4歳
- 空手道
  【6歳～中学生】（定員：50名）
  18:45–20:00
  【15歳以上】（生徒・学生除く）（定員：10名）
  19:30–21:00

会議室

火曜日

第1競技場

- 剣道（定員：25名）
  18:00–19:30
  6歳～中学生
- 居合道（定員：25名）
  19:30–21:00
  18歳以上

第2競技場

- エアロビクスB（定員：50名）
  19:20–20:30
  15歳以上
  ※中学生除く

会議室

- ベーシックヨガ（定員：8名）
  9:30–10:30
  15歳以上
  ※生徒・学生除く

水曜日

第1競技場

- バドミントン（定員：80名）
  10:00–11:30
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- 幼児たいそう（定員：40名）
  15:30–16:30
  5・6歳
- こどもたいそう（定員：20名）
  16:45–17:45
  小学1～3年生
- バレーボール
  個人使用
  18:00–21:00
  15歳以上
  （中学生除く）

第2競技場

- 個人使用
  卓球
  9:00～21:00

会議室

木曜日

第1競技場

- 個人使用
  バドミントン
  9:00～21:00

第2競技場

- ソフトエアロビクスB（定員：50名）
  9:30–10:40
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- 体力アップ（定員：30名）
  11:00–12:00
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- 卓球（定員：48名）
  13:20–14:50
  15歳以上
  ※生徒・学生除く
- 空手道
  【6歳～中学生】（定員：50名）
  18:45–20:00
  【15歳以上】（生徒・学生除く）（定員：10名）
  19:30–21:00

会議室

金曜日

第1競技場

- 幼児ふれあい体操（300円／定員：45組）
  10:00–11:10
  3・4歳と保護者
- いきいき体操B（定員：60名）
  13:30–15:00
  中高齢者
- こども
  バスケットボール（定員：80名）
  16:30–17:45
  小学3年～6年生
- バスケットボール
  個人使用
  18:00–21:00
  15歳以上
  （中学生除く）

第2競技場

- 日本拳法
  【18歳以上】（定員：20名）
  19:00–20:15
  【18歳以上】（定員：10名）
  19:00–21:00

会議室

- 苦手克服
  さかあがり教室（定員：15名）
  15:30–16:30
  5・6歳
- 苦手克服
  さかあがり教室（定員：15名）
  16:45–17:45
  小学1～3年生

土曜日

第1競技場

第2競技場

- 個人使用
  卓球
  9:00～21:00

会議室

日曜日

第1競技場

第2競技場

会議室