

# カモンたかいし(高石市立総合体育館)タイムテーブル

2019年6月1日

時間/場所	月					火	水			木				金		土		時間/場所	
	アリーナ	多目的ホール1	柔道場	軽運動室	多目的ホール2		アリーナ	多目的ホール1	多目的ホール2	アリーナ	柔道場	軽運動室	多目的ホール2	アリーナ	多目的ホール2	アリーナ	多目的ホール2		
9:00					ストレッチヨガ 9:30~10:20 桑山 <b>プログラム会員</b>													9:00	
10:00		健幸づくり教室 10:00~11:30	女性のための健康 10:00~12:00	卓球(初級) 10:00~11:30	ダイナミックヨガ 10:35~11:35 桑山 <b>プログラム会員</b>				レディースバレーボール 10:00~12:00									10:00	
11:00	ママと幼児の健康体操(B) 11:00~11:45								レディースバドミントン(初中級) 10:00~11:45	女性のための健康 10:00~12:00					卓球 10:00~12:00			11:00	
12:00																		12:00	
13:00																		13:00	
14:00		健幸づくり教室 13:30~15:00																14:00	
15:00						休館日												15:00	
16:00	ジュニアフットサル 16:00~17:00	ジュニアコーディネーション(年中・年長) 15:30~16:30								ママと幼児の健康体操(C) 15:00~15:45	子供体育A 15:10~15:55								16:00
17:00	ジュニアフットサル 17:15~16:25	ジュニアコーディネーション(小1~小3) 16:45~17:45								ジュニア器械体操(A) 16:00~16:50	子供体育B 16:00~17:00								17:00
18:00										ジュニア器械体操(B) 17:00~18:00									18:00
19:00	ジュニアフットサル 18:40~20:00																		19:00
20:00										ジュニアバレーボール 19:30~21:00									20:00
21:00																			21:00
22:00																		22:00	

※毎週火曜日は休館日となります。  
 ※上記は全て別途申し込みが必要です。  
 ※休講なる場合もございます。  
 ※実際の実施日については施設までお問い合わせください。