

てらスポ! ☆ スポーツ教室カレンダー 令和2年10月～12月 ☆

教室名	10月		11月		12月		曜日	場所	時間	対象
たのしいヨガ	5	19	2	16	7	21	第1・3月	寺泊文化センター	10:00～11:15	どなたでも
健康体操in野積	5	19	2	16	7	21	第1・3月	野積センター	13:30～15:00	どなたでも
笑いヨガ	12	26	9	30	14	28	第2・4月	寺泊文化センター	10:00～11:30	どなたでも
Go. Go体操くらぶ	6	27	10	17	1	休み	第1・3火	青少年研修センター	10:00～11:30	どなたでも
リズム体操	13	27	10	24	8	22	第2・4火	寺泊コミュニティセンター	13:30～15:00	どなたでも
健康体操(午前)	7	21	4	18	2	16	第1・3水	寺泊コミュニティセンター	10:00～11:30	どなたでも
健康体操(午後)	14	28	11	25	9	23	第2・4水		13:30～15:00	
男の体操	8	22	12	26	10	24	第2・4木	寺泊コミュニティセンター	10:00～11:30	どなたでも
初心者合気道教室	1	15	5	19	3	17	第1・3木	寺泊コミュニティセンター	10:00～11:30	どなたでも
ピンポン倶楽部(午前)	1. 8. 15. 22. 29		5. 12. 19. 26		3. 10. 17. 24		毎・木	寺泊スポーツセンター	10:00～11:30	どなたでも
ピンポン倶楽部(夜)	5. 12. 19. 26		2. 9. 16. 23. 30		7. 14. 21. 28		毎・月	寺泊スポーツセンター	19:00～20:30	どなたでも
サッカー教室	1. 8. 15. 22. 29		5. 12. 19. 26		3. 10. 17		毎・木	海浜公園多目的広場ほか	19:00～20:30	幼児から(お問い合わせください)
ヒップホップ	2	9	6	13	4	11	毎・金	寺泊文化センター	18:30～19:30(キッズ)	年長児から小学4年生
	16. 23. 30		20	27	18	25			19:40～20:40(ジュニア)	小学5・6年生
ヒップホップ・中級	10	17	7	14	5	12	毎・土	寺泊文化センター	18:30～19:30(一般)	中学生以上
	24	31	21	28	19	26			19:40～20:40(中級)	レベルアップ希望者
ジュニアスポーツ教室	10	24	14	28	12	26	第2・4土	寺泊スポーツセンターほか	10:00～11:30	小学生
エンジョイテニス	11	25	8	22	13	27	第2・4日	寺泊体育館	15:00～16:30	どなたでも
けん玉	休み		8		6		指定日曜	寺泊文化センター	10:00～12:00	どなたでも

☆都合により日程の変更や中止になる場合があります。

☆リズム体操はボランティアによる託児付きです。(事前にご予約下さい)

☆体験や参加ご希望の方は事務局へお気軽にお問い合わせください。

☆たのしいヨガ・リズム体操参加料:てらスポ! 会員1回500円、ビジター1回800円です。

☆その他の教室参加料:てらスポ! 会員1回200円、ビジター1回500円です。ヒップホップは月2,000円です。

運動習慣を
つけましょう!

寺泊総合型スポーツクラブ てらスポ!

TEL 0258-86-6719

FAX 0258-75-2238

mail terasupo-sc@bd6.so-net.ne.jp

HP <http://terasupo-sc.com/>

