

てらスポ! ☆ スポーツ教室カレンダー 令和2年 1月～3月 ☆

教室名	1月		2月		3月		曜日	場所	時間	対象
インドヨガ	6	20	3	17	2	16	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	6	20	3	17	2	16	第1-3月	野積センター	13:30～15:00	どなたでも
笑いヨガ	20	27	10	24	9	23	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	/	21	4	18	3	17	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	14	28	/	25	10	31	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)	15	29	5	19	4	18	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)	8	22	12	26	11	25	第2-4 水		13:30～15:00	
TERAビューティー(エアロビ)	16	30	6	20	5	19	第1-3 木	寺泊コミュニティセンター	10:00～11:30	20歳以上女性
男の体操	9	23	13	27	12	26	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	9	23	6	20	5	19	第1-3 木	寺泊中学校武道場	19:00～20:30	中学生以上
ピンポン倶楽部(午前)	9. 16. 23. 30		6. 13. 20. 27		5. 12. 19. 26		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)	6. 13. 20. 27		3. 10. 17. 24		2. 9. 16. 23. 30		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	9. 16. 23. 30		6. 13. 20. 27		5. 12. 19. 26		毎・木	寺泊スポーツセンター	19:00～20:30	小学生～
ヒップホップ	10	17	7	14	6	13	毎・金	寺泊文化センター	18:30～19:30(キッズ)	小学1年生から4年生
	24	31	21	28	/	27			19:40～20:40(Jr.一般)	小学5年生以上
ヒップホップ中級	/	11	1	8	7	14	毎・土	寺泊文化センター	19:00～20:00	レベルアップ希望者
	18	25	15	22	21	28				
健康ジョギング	/	18	1	15	7	21	第1-3 土	寺泊スポーツセンター	10:00～11:30	小学生～
ジュニアスポーツ教室	/	/	16(日)	/	7	/		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	12	26	9	23	8	22	第2-4 日	寺泊体育館	15:00～16:30	どなたでも
けん玉	12	/	2	/	8	/	指定日曜	寺泊文化センター	10:00～11:30	どなたでも

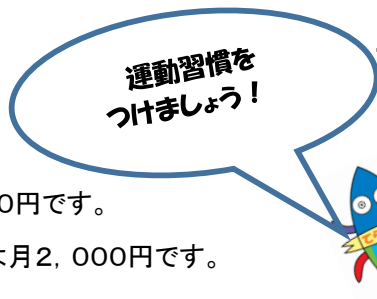
☆都合により日程の変更や中止になる場合があります。

☆TERAビューティー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合せください。

☆インドヨガ・リズム体操・TERAビューティー参加料: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。



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/>