

教室名	1月		2月		3月		曜日	場所	時間	対象
健康体操in野積	16	30	6	20	6	20	第1-3月	野積センター	13:15～14:30	どなたでも
笑いヨガ	16	30	13	27	13	27	第2-4月	寺泊文化センター	10:00～11:30	どなたでも
ダンスエクササイズ	16	23	13	27	13	27	第2-4月	寺泊文化センター	19:30～20:30	18歳以上
Go. Go体操くらぶ	休み	17	7	21	7	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	10	24	14	28	14	休み	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)	休み	18	1	15	1	15	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)	11	25	8	22	8	22	第2-4水		13:30～15:00	
男の体操	12	26	9	休み	2	16	第2-4木	寺泊コミュニティセンター	10:00～11:30	男性のみ
ピンポン倶楽部(昼)	12.19.26		2. 9. 16. 23		2. 9. 16. 23. 30		毎・木	寺泊スポーツセンター	10:00～11:30	どなたでも
サッカー教室	12.19.26		2. 9. 16		2. 9. 16. 23		毎・木	寺泊スポーツセンター	19:00～20:30	幼児から (お問い合わせください)
ヒップホップ	6	13	3	10	3	10	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
	20	27	17	24	17	24			19:40～20:40(ジュニア)	小学5・6年生
ヒップホップ一般・中級	7	14	4	11	4	11	毎・土	寺泊文化センター	18:30～19:30(一般)	中学生以上
	19	28	18	25	18	25			19:40～20:40(中級)	レベルアップ希望者
ヒップホップステップアップ	9	16	6	13	6	13	毎・月	寺泊文化センター	18:30～19:30	
	23	30	20	27	20	27			小学1年～6年生	
ジュニアスポーツ教室	15(日)	21	/	/	/	/	指定土曜	寺泊スポーツセンター	10:00～11:30	小学生
エンジョイテニス	8	22	12	26	12	26	第2-4日	寺泊体育館	15:00～16:30	どなたでも

☆都合により日程の変更や会場変更、または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合せください。

☆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。サッカー教室は年3, 500円。

ヒップホップは月2,000円、中級は月6,000円、ステップアップは月3,500円、ダンスエクササイズは3ヵ月5,000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/>

Instagram @teradomari_sc

