

| 教室名         | 7月         |    | 8月            |    | 9月               |    | 曜日    | 場所                      | 時間                | 対象                   |
|-------------|------------|----|---------------|----|------------------|----|-------|-------------------------|-------------------|----------------------|
| 健康体操in野積    | 4          | 25 | 8             | 22 | 5                | 26 | 第1・3月 | 野積センター                  | 13:30～15:00       | どなたでも                |
| 笑いヨガ        | 11         | 25 | 8             | 22 | 12               | 26 | 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   | 11         | 25 | 8             | 22 | 12               | 26 | 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 | 5          | 19 | 休み            | 休み | 6                | 20 | 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       | 12         | 26 | 9             | 23 | 13               | 27 | 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)    | 6          | 20 | 3             | 17 | 7                | 21 | 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)    | 13         | 27 | 10            | 24 | 14               | 28 | 第2・4水 |                         | 13:30～15:00       |                      |
| 男の体操        | 14         | 28 | 休み            | 25 | 8                | 22 | 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)  | 7.14.21.28 |    | 4. 11. 18. 25 |    | 1. 8. 15. 22. 29 |    | 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)  | 4. 18      |    | 1.15.29       |    | 5. 19            |    | 指定月曜  | 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      | 7.14.21.28 |    | 4. 18. 25     |    | 1. 8. 15. 22. 29 |    | 毎・木   | 海浜公園多目的広場<br>寺泊スポーツセンター | 19:00～20:30       | 幼児から<br>(お問い合わせください) |
| ヒップホップ      | 1          | 8  | 5             | 12 | 2                | 9  | 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           |
|             | 15. 22. 29 |    | 19            | 26 | 16               | 30 |       |                         | 19:40～20:40(ジュニア) | 小学5・6年生              |
| ヒップホップ一般・中級 | 2          | 9  | 6             | 11 | 3                | 10 | 毎・土   | 寺泊文化センター                | 18:30～19:30(一般)   | 中学生以上                |
|             | 16. 23. 30 |    | 20            | 27 | 17               | 24 |       |                         | 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         | 31 | /             | 27 | 3.10.17          | 10 | 指定土曜  | 寺泊海浜公園ほか                | 10:00～11:30       | 小学生                  |
| エンジョイテニス    | 10         | 24 | 14            | 28 | 11               | 25 | 第2・4日 | 海浜公園テニス場<br>寺泊体育館       | 15:00～16:30       | どなたでも                |
| けん玉         | 3          | /  | 休み            | /  | 11               | /  | 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い合わせください。

☆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、ダンスエクササイズは3カ月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://teraspo-sc.com/>

Instagram @teradomari\_sc

