

教室名	10月		11月		12月		曜日	場所	時間	対象
	2	16	6	20	4	18				
健康体操in野積	2	16	6	20	4	18	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	11	25	第2・4月	野積センター	10:00～11:30	どなたでも
ダンスエクササイズ	3	17	7	21	5	19	第1・3火	寺泊スポーツセンター	19:30～20:30	18歳以上
Go. Go体操くらぶ	3	17	7	21	5	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	12	26	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)	4	18	1	15	6	13	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	20	27	第2・4水		13:30～15:00	
男の体操	12	26	9	30	14	21	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)	5. 12. 19. 26		2. 9. 16. 30		7. 14. 21. 28		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	5. 12. 19. 26		2. 9. 16. 30		7. 14. 21		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	7	14	4	11	2	9	毎・土	寺泊スポーツセンター	17:30～18:30(キッズ)	年長児から小学4年生
	21	28	18	25	16	23			18:40～19:40(ジュニア)	小学4.5.6年生
									19:50～20:50(一般)	中学生以上
ステップアップクラス ヒップホップ中級	2	9	6	13	4	11	毎・月	寺泊スポーツセンター	19:10～20:10	小学1年～6年生
	16, 23, 30		20	27	18	25			20:15～21:15	レベルアップ希望者
ジュニアスポーツ教室	14, 28		11	18	9		指定土曜	寺泊スポーツセンターほか	10:00～11:30 (9/2・9・16)19:00～20:30	小学生
エンジョイテニス	8	22	12	26	10	24	第2・4日	寺泊体育館	15:00～16:30	どなたでも
寺泊子どもスポーツクラブ	2	16	6	13	4	11	毎・月	寺泊小学校体育館	15:00～16:00	寺泊小学校 1～6年生
	23	30	20	27	18					
大河津子どもスポーツクラブ	12	26	2	9	7	14	毎・木	大河津小学校体育館	17:00～18:00	大河津小学校 1～6年生
			16	30						

☆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。



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

