



棚倉スポーツクラブ

棚SPOネットワーク通信



棚倉スポーツクラブ

〒963-6123 棚倉町大字棚倉字一本松24-1 (棚倉町総合体育館内)

TEL. 0247(33)3160 FAX. 0247(33)3159

5月の予定表

日	曜日	時間	教室名	場所(集合場所)	指導者	対象	会員	非会員
1	月							
2	火	10:00 ~ 12:00	太極功夫扇教室	総合体育館柔剣道場	我妻江美子	どなたでも	100円	300円
3	水	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
4	木							
5	金	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
6	土							
7	日							
8	月							
9	火							
10	水	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
11	木	19:00 ~ 20:30	ボウリング教室	棚倉アローボール	阿久津富夫	どなたでも	300円	600円
		19:00 ~ 20:30	レクダンス教室	総合体育館柔剣道場	山本 セイ	どなたでも	100円	300円
12	金	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
13	土							
14	日							
15	月							
16	火	10:00 ~ 12:00	太極功夫扇教室	総合体育館柔剣道場	我妻江美子	どなたでも	100円	300円
17	水	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
18	木							
19	金	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
20	土							
21	日	10:00 ~ 11:30	ノルディックウォーキング教室	総合体育館玄関前	川辺 弘典	どなたでも	200円	500円
22	月							
23	火							
24	水	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
25	木	19:00 ~ 20:30	ボウリング教室	棚倉アローボール	阿久津富夫	どなたでも	300円	600円
		19:00 ~ 20:30	レクダンス教室	総合体育館柔剣道場	山本 セイ	どなたでも	100円	300円
26	金	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円
27	土							
28	日	10:00 ~ 11:30	卓球教室	総合体育館卓球場	山路美恵子	どなたでも	100円	300円
29	月							
30	火							
31	水	18:30 ~ 19:30	動きづくり(ランニング)教室	棚倉運動広場	大塚 勇也	どなたでも	無料	100円

(敬称略)