



<p>1日(日) ◎卓球教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館卓球場</p> <p>※ 卓球教室は参加定員が各回16名となりますので、お早目のご連絡をお願いします。</p>	<p>2日(月)</p>	<p>3日(火) ◎太極功夫扇教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場</p> <hr/> <p>◎ヨガ教室 19:30~20:30 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場</p>	<p>4日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場</p> 	<p>5日(木) ◎レクダンス教室 19:00~20:00 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場</p>	<p>6日(金)</p>	
	<p>9日(月)</p> 	<p>10日(火)</p>	<p>11日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場</p>	<p>12日(木) ◎ボウリング教室 19:00~20:30 会員500円、非会員800円 棚倉アローボール</p>	<p>13日(金)</p>	<p>14日(土)</p>
<p>15日(日) ◎卓球教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館卓球場</p> <hr/> <p>◎ルディックウォーキング教室 10:00~12:00 会員200円、非会員500円 総合体育館玄関前</p>	<p>16日(月)</p>	<p>17日(火) ◎太極功夫扇教室 10:00~12:00 会員100円、非会員300円 総合体育館卓球場</p>	<p>18日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場</p>	<p>19日(木) ◎レクダンス教室 19:00~20:00 会員100円、非会員300円 総合体育館柔剣道場</p>	<p>20日(金)</p>	<p>21日(土) ◎親子でゆるスポ教室 10:00~11:00 子ども100円、大人300円 総合体育館柔剣道場 対象:小学生以下の親子</p> <p>ヨガを体験します。 お友達も誘ってね。</p>
<p>22日(日)</p>	<p>23日(月)</p>	<p>24日(火) ◎バドミントン教室 19:00~20:00 会員100円、非会員300円 総合体育館アリーナ</p>	<p>25日(水) ◎ランニング教室 18:30~19:30 会員50円、非会員200円 棚倉運動広場</p> <hr/> <p>◎楽しいおし花教室 19:00~20:30 会員1,000円、非会員1,500円 総合体育館会議室</p>	<p>26日(木) ◎ボウリング教室 19:00~20:30 会員500円、非会員800円 棚倉アローボール</p> <hr/> <p>◎楽しいおし花教室 10:00~11:30 会員1,000円、非会員1,500円 総合体育館会議室</p>	<p>27日(金)</p>	
<p>29日(日)</p> 	<p>30日(月)</p>	<p>31日(火)</p>	<p>※ 棚SPOはレベルアップを目指すのではなく、スポーツを楽しむことをモットーとしています。</p> <p>(注)教室に参加するときは申込みをして下さい。</p> <p>棚倉スポーツクラブ 〒963-6123 棚倉町大字関口字一本松24-1(棚倉町総合体育館内) TEL.0247(33)3160 FAX.0247(33)3159</p>			

※ 棚SP0はレベルアップを目指すのではなく、スポーツを楽しむことをモットーとしています。皆さんの教室に参加して、いろいろなスポーツを楽しんでみてはいかがでしょうか。

