

令和6年10月～12月 朝スポ開催一覧

令和6年9月1日

【サ】サークルです。指導者はいません

No	曜	種 目	会 場	時 間	10月			11月			12月												
1	月	ダンベル体操 〈一般〉	板倉会館	10:00 ~ 11:15	7	21	28				11	18	25				9	16	23				
2		初心者バドミントン 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈体育館 2階〉	19:00 ~ 20:30	7	14	21	28				4	11	18	25				2	9	16	23	
3		月曜卓球【サ】 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	19:00 ~ 20:45	7	14	21	28				4	11	18	25				2	9	16	23	
4	火	火曜エアロビ 〈高校生～一般〉	板倉会館	9:15 ~ 10:15	1	8	15				5	12	19				3	10	17				
5		朝スポサロン【サ】 〈卓球〉	野田市民館	9:00 ~ 10:30	1		15				5		19				3		17				
6		ゆったりストレッチ 〈未就学児と親子～一般〉		10:45 ~ 11:45	1		15				5		19				3		17				
7	水	3B体操&ソフトエアロビ 〈一般〉	野田市民館	13:30 ~ 14:45	2		16	23				6		20	27				4		18	25	
8		チアピクス 〈年中～小学6年〉		18:00 ~ 19:00	2	9	16				6	13	20				4	11	18				
9		水曜エアロピクス 〈小学4年生～一般〉		19:15 ~ 20:45	2	9	16				6	13	20				4	11	18				
10		初心者ミニテニス【サ】 〈一般〉	東刈谷小学校 朝日小学校	19:00 ~ 21:00	2	9	16	23	30	朝日	朝日	6	13	20	27				4	11	18	25	
11		水曜バドミントン【サ】 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈体育館 2階〉	19:00 ~ 20:30	2	9	16	23	30	<del>X</del>	<del>X</del>	13	20	27				4	11	18	25		
12	木	ソフトエアロビ&ヨガ 〈一般〉	東刈谷市民館	9:15 ~ 10:30	3	10	17				7	14	21				5	12	19				
13		ストレッチ&リズム体操 〈一般〉	野田市民館	13:15 ~ 14:15		10		24					14		28					12		26	
14		朝スポサロン(木)【サ】 〈卓球他〉		14:30 ~ 16:30		10		24					14		28					12		26	
15		らくらく健康体操& 太極拳(楊名時)		19:00 ~ 20:30		10		24					14		28					12		26	
16	金	硬式テニス 〈一般〉	塩田テニスコート ☆サークル4回	9:00 ~ 11:00	4	11	18	25				1	8	15	22	29				6	13	20	27
17		初心者ピラティス 〈一般〉	板倉会館	10:00 ~ 11:00		11		25					8		22					13		27	
18		初心者ダンベル 〈一般〉	東刈谷市民館	13:30 ~ 14:45	4	11		25				1	8		22				6	13		27	
19		太極拳 (制定拳) 〈一般〉	東刈谷市民センター	13:30 ~ 15:00	4	11	18					1	8	15					6	13	20		
20		卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	19:00 ~ 20:45	4		18					1		15					6		20		
21		金曜卓球【サ】 〈小学生～一般〉				11		25					8		22	29					13		27
22		フォークダンス 〈年中～一般 男性可〉	野田市民館	13:30 ~ 15:00		11		25					8		22					13		27	
23		エンジョイフラダンス 〈年中～一般 男性可〉		19:00 ~ 20:15		11		25					8		22					13		27	
24	エンジョイ朝スポ〈一般〉 10キロ程度歩ける方	日帰りで大人の遠足。事前申込要 開催日変更あり。参加費、交通費別途					18					8							13				
25	土	硬式テニス【サ】 〈一般〉	塩田テニスコート	9:00 ~ 11:00		12		26					9		23					14		28	
26		ミニテニス 〈小学生～一般〉	東刈谷小学校	13:00 ~ 17:00	<del>X</del>	12	19	<del>X</del>	<del>X</del>	<del>X</del>	<del>X</del>	9	16	23	30	<del>X</del>	14	21	<del>X</del>				
27	「脳トレ」フレンズ 〈一般〉	クラブハウス 〈たんぼぼ2階〉	10:30 ~ 12:00	5		19					2		16					7		21			
28	日	ウォーキング 約5km 〈小学生～一般〉	①たんぼぼ ②市民センター	8:00 ~ 9:00 A7:00 ~ 8:00	6	13	20				3	10	17				1	8	15				
29		サンデー卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	15:00 ~ 17:00		13		27					10		24					8		22	
運動効果測定・会員受付(木)			クラブハウス	15:30 ~ 17:30	3		17					6水		21					4水		19		
運動効果測定・会員受付(日)			〈たんぼぼ2階〉	9:30 ~ 11:30	6							3							1				
会員受付 (木)			野田市民館	14:30 ~ 16:30	朝スポサロン(木)に事務局がいるときは受付します																		
会員受付 (土)			東刈谷小学校体育館	13:30 ~ 16:30	ミニテニス講座(土)に事務局がいるときは受付します																		
会員受付 上記以外も受付します			電話問い合わせ 090-7862-2049 事務局 山口博子																				

・19時以降、中学生以下の参加は保護者同伴又は送迎をお願いします。【事故防止のため】