

No	曜	種目	会場	時間	1月			2月			3月						
1	月	ダンベル体操 〈一般〉	板倉会館	10:00 ~ 11:15	6	20	27	3	10	17	3	10	24				
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	6	13	20	27	3	10	17	24	<del>X</del>	10	17	24	31
3		月曜卓球【サ】 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	19:00 ~ 20:45	6	13	20	27	3	10	17	24	3	10	17	24	31
4	火	火曜エアロビ 〈高校生～一般〉	板倉会館	9:15 ~ 10:15	7	14	21	4	11	18	4	11	18				
5		朝スポサロン【サ】 〈卓球〉	野田市民館	9:00 ~ 10:30	7	21	4	18	4	18							
6		ゆったりストレッチ 〈未就学児と親子～一般〉		10:45 ~ 11:45	7	21	4	18	4	18							
7	水	3B体操&ソフトエアロビ 〈一般〉	野田市民館	13:30 ~ 14:45	<del>X</del>	15	22	29	5	19	26	5	19	26			
8		チアビクス 〈年中～小学6年〉		18:00 ~ 19:00	<del>X</del>	8	15	22	5	12	19	5	12	19			
9		水曜エアロビクス 〈小学4年生～一般〉		19:15 ~ 20:45	<del>X</del>	8	15	22	5	12	19	5	12	19			
10		初心者ミニテニス【サ】 〈一般〉	東刈谷小学校 小垣江東小学校	19:00 ~ 21:00	<del>X</del>	8	15	<del>X</del> 29 朝日	5	12	19	26	<del>X</del>	<del>X</del> 19 小垣	26		
11		水曜バドミントン【サ】 〈小学生～一般〉	朝日小学校 〈体育館 2階〉	19:00 ~ 20:30	<del>X</del>	8	15	22	29	5	12	19	<del>X</del> 26	<del>X</del>	12	19	26
12	木	ソフトエアロビ&ヨガ 〈一般〉	東刈谷市民館	9:15 ~ 10:30	<del>X</del>	9	16	23	6	13	20	6	13	20			
13		ストレッチ&リズム体操 〈一般〉	野田市民館	13:15 ~ 14:15		9	23	13	27	13	27						
14		朝スポサロン(木)【サ】 〈卓球他〉		14:30 ~ 16:30	9	23	13	27	13	27							
15		らくらく健康体操& 太極拳(楊名時)		19:00 ~ 20:30	9	23	13	27	13	27							
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	<del>X</del>	10	17	24	31	7	14	21	28				
17		初心者ピラティス 〈一般〉	板倉会館	10:00 ~ 11:00	<del>X</del>	10	24	14	28	14	28						
18		初心者ダンベル 〈一般〉	東刈谷市民館	13:30 ~ 14:45	<del>X</del>	10	24	31	7	14	28	7	14	28			
19		太極拳(制定拳) 〈一般〉	東刈谷市民センター	13:30 ~ 15:00	<del>X</del>	10	17	24	31	14	28	7	14	21			
20		卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	19:00 ~ 20:45	<del>X</del>	10	24	7	21	7	21						
21		金曜卓球【サ】 〈小学生～一般〉		17	31	14	28	14	28								
22		フォークダンス 〈年中～一般 男性可〉	野田市民館	13:30 ~ 15:00		10	24	14	28	14	28						
23		エンジョイフラダンス 〈年中～一般 男性可〉		19:00 ~ 20:15	10	24	14	28	14	28							
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		<del>X</del>			31		21		21						
25	土	硬式テニス【サ】 〈一般〉	塩田テニスコート	9:00 ~ 11:00	<del>X</del>	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15	22	29
26		ミニテニス 〈小学生～一般〉	東刈谷小学校	13:00 ~ 17:00	<del>X</del>	11	18	<del>X</del> 26 朝日	1	8	15	22	1	<del>X</del>	<del>X</del> 22	29	
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	<del>X</del>	11	18	8	15	1	15						
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	<del>X</del>	12	19	26	2	9	16	2	9	16			
29		サンデー卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	15:00 ~ 17:00	<del>X</del>	12	26	9	23	9	23						
運動効果測定・会員受付(木)			クラブハウス	15:30 ~ 17:30		16	30	6	20	6	13	27					
運動効果測定・会員受付(日)			〈たんぼぼ2階〉	9:30 ~ 11:30	11(土)			2		2	9	16	23	30			
会員受付(木)朝スポサロン講座にて			野田市民館2階	14:30 ~ 16:30	朝スポサロン(木)卓球場所(2階)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														