

令和7年7月～9月

朝スポ開催一覧

【サ】サークルです。指導者はいません

令和7年6月10日

No	曜	種 目	会 場	時 間	7月					8月					9月						
1	月	ダンベル体操 〈一般〉	板倉会館	10:00 ～ 11:15	7	14	21	28		4	11	18	25			8		22	29		
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		1	8	15	22	29		
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		1	8	15	22	29		
4	火 新	火曜エアロビ 〈高校生～一般〉	板倉会館	9:15 ～ 10:00	1	8	15			5	12	19	26		2	9	16	23			
5		ストレッチボール【新講座】 〈一般〉		10:15 ～ 11:00						5		19		2		16					
6		朝スポサロン【サ】 〈卓球〉	野田市民館	9:00 ～ 10:30	1		15			5	12	19			2		16				
7		ゆったりストレッチ 〈未就学児と親子～一般〉		10:45 ～ 11:45	1		15			ゆったりストレッチ中止、板倉会館で【ストレッチボール】											
8	水	3B体操&ソフトエアロビ 〈一般〉	野田市民館 東刈谷市民センター	13:30 ～ 14:45	2		16	23		6	13	20	27		3		17	24			
9		チアビクス 〈年中～小学6年〉	野田市民館	18:00 ～ 19:00	2	9	16			6	13	20	27		3	10	17				
10		水曜エアロビクス 〈小学4年生～一般〉		19:15 ～ 20:45	2	9	16			6	13	20	27		3	10	17				
11		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	6	13	20	27		3	10	17	24			
12		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	6	13	20	27		3	10	17	24			
13	木 プレ	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	28		4	11	18				
14		ストレッチ&リズム体操 〈一般〉	野田市民館	13:15 ～ 14:15		10		24		中止					中止						
		ポッチャ（プレ開催） 〈一般〉		13:00 ～ 14:15						7	14		28			11		25			
15		朝スポサロン(木)【サ】 〈卓球他〉		14:30 ～ 16:30		10		24		7	14		28			11		25			
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	5	12	19	26			
17		筋膜リリース 〈一般〉	板倉会館	10:00 ～ 11:00		11		25			8	15	22			12		26			
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	15	22		5	12		26			
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	25		1	8	15	22	29	5	12	19				
20		卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	19:00 ～ 20:45	7	14	18	25		1		15	22		5	12	19				
21		金曜卓球 【サ】 〈小学生～一般〉					18	25			8	15		29				26			
22		フォークダンス 〈一般 男性可〉	野田市民館	13:30 ～ 15:00		11		25			8	15	22			12		26			
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	15	22			12		26			
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						22			19					
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			13		27		
26	ミニテニス 〈小学生～一般〉		東刈谷小学校	13:00 ～ 17:00	5	12	19	26		2	9	16	23	30	6	13	20	27			
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			26			9	16	23		6		20				
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	7:00 ～ 8:00	6 ①	13 ②	20			3 ①	10 ②	17	24		7 ①	14 ②	21				
29		サンデー卓球教室 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	15:00 ～ 17:00		13	20	27		3	10		24		7	14		21			
運動効果測定・会員受付(木)				クラブハウス	15:30 ～ 17:30		3			17					4		18				
会員受付(日)				〈たんぼぼ2階〉	9:30 ～ 11:30		6								7						
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														
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】