

令和8年1月～3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8年1月6日

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	X	12	19	26		2	9	X	16	23		2	9	X	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	X	12	19	26		2	9	16	23		X	9	16	23	30	
3		月曜卓球【サ】 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	19:00 ～ 20:45	X	12	19	26		2	X	16	23		2	9	16	23	30	
4	火	火曜エアロビ 〈高校生～一般〉	板倉会館	9:15 ～ 10:00	6	13	20			3	10	17			3	10	17			
5		ストレッチポール 〈一般〉		10:15 ～ 11:00	6		20			3		17			3		17			
6		朝スポサロン【サ】 〈卓球〉	野田市民館	9:00 ～ 10:30	6		20			3		17			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	7		21	28		4		18	25		4		18	25		
8		チアピクス 〈年中～小学6年〉	野田市民館	18:00 ～ 19:00	7	14	21			4	11	18			4	11	18			
9		水曜エアロピクス 〈小学4年生～一般〉		19:15 ～ 20:45	7	14	21			4	11	18			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	7	14	21	28 朝日		4	11	18	25		X	X	X	X	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	7	14	21	28		4	11	18	X		X	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	X	8	15	22		5	12	19			5	12	19			
13		ボッチャ（プレ開催） 〈一般〉	野田市民館	13:00 ～ 14:15	X	8		22		5		19				12		26		
14		朝スポサロン(木)【サ】 〈卓球他〉		14:30 ～ 16:30	X	8		22		5		19				12		26		
15	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	X	9	16	23	30	6	13	20	27		6	13	20	27		
16		筋膜リリース 〈一般〉	板倉会館	10:00 ～ 11:00	X	9		23			13		27			13		27		
17		初心者ダンベル 〈一般〉	東刈谷市民館	13:30 ～ 14:45	X	9	16	23		6	13	20			6	13		27		
18		太極拳（制定拳） 〈一般〉	東刈谷市民センター	13:30 ～ 15:00	X	9	16	23		6	13	20			6	13	20			
19		卓球 〈小学生～一般〉	朝日中学校 〈卓球場〉	19:00 ～ 20:45	X	9		23		6		20			6		20			
20		金曜卓球 【サ】 〈小学生～一般〉			X		16		30		13		27			13		27		
21		フォークダンス 〈一般 男性可〉	野田市民館	13:30 ～ 15:00	X	9		23			13		27			13		27		
22		エンジョイフラダンス 〈年中～一般 男性可〉		19:00 ～ 20:15	X	9		23			13		27			13		27		
23		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		X			23				20			6					
24	土	硬式テニス 【サ】 〈一般〉	塩田テニスコート	9:00 ～ 11:00	X	10	17	24	31	7	14	21	28		7	14	21	28		
25		ミニテニス 〈小学生～一般〉	東刈谷小学校	13:00 ～ 17:00	X	10	17	24	31 朝日	7	14	21	28		X	X	X	21	28	
26		「脳トレ」フレンズ 〈一般〉	クラブハウス 〈たんぼぼ2階〉	10:15 ～ 11:45	X	10		24		7		21			7		21			
27	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	X	11	18	25		1	8	15			1	8	15			
28		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	X	11		25			8		22			8		22		
会員受付(木)			クラブハウス	15:30 ～ 17:30			15			5		19			5		19			
会員受付(日)			〈たんぼぼ2階〉	9:30 ～ 11:30			18			1					1	8	15	22	29	
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】