

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

2026/2/5修正

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	<del>X</del>	12	19	26	<del>X</del>	9	16	<del>23</del>	2	<del>9</del>	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	<del>X</del>	12	19	26	2	9	16	23	<del>X</del>	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	<del>X</del>	12	19	26	2	<del>9</del>	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	<del>X</del>	<del>X</del>	<del>X</del>	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	<del>25</del>	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	8		22	<del>X</del>	12	<del>19</del>	26		12		26
14		朝スポサロン(木)【サ】 〈卓球他〉		14:30 ～ 16:30	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	9		23	6		20		6		20	
20		金曜卓球 【サ】 〈小学生～一般〉			<del>X</del>		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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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		<del>X</del>			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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	10	17	24 31 朝日	7	14	21	28	<del>X</del>	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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	<del>X</del>	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】