

東スポーツクラブ令和6年11月活動予定表

サークル

| 曜日 | 月 | | 火 | | 水 | 第1・2・4水 | 第2・4水 | 第3水 | 木 | |
|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| サークル名 | 健康体操 | 卓球 | 楊名時健康太極拳 | ボウリング | 初・始めてエアロ | (昼)腰痛予防改善(夜) | | ストレッチ体操 | 壮快ソフトエアロ | ソフトエアロ |
| 時間 | 10:00-11:30 | 13:00-15:00 | 13:30-14:30 | 19:30-21:00 | 13:00/14:00 | 13:30-14:30 | 19:30-20:30 | 13:30-14:30 | 13:30-14:30 | 19:30-20:30 |
| 会場 | 総合体育館 | 総合体育館 | 総合体育館 | 稲沢 | 健康ドーム | 総合体育館 | 総合体育館 | 総合体育館 | 総合体育館 | 総合体育館 |
| | アリーナ | 多目的ホール | 多目的ホール | グランドボウル | 軽運動室 | アリーナ南側 | 軽運動室 | 多目的ホール | アリーナ | 多目的ホール |
| 活動日 | 4 休み | 4 休み | 5 | ※5 | 6 | 6 | | | 7 | 7 |
| | 11 | 11 | 12 | ※12 | 13 | 13 | 13 | | 14 | 14 |
| | 18 休み | 18 休み | 19 | ※19 | 20 | | | 20 | 21 | 21 |
| | 25 | 25 | 26 | ※26 | 27 | 27 | 27 | | 28 | 28 |

サークル

| 曜日 | 金 | |
|-------|-------------|-------------|
| サークル名 | 気功 | 楊名時健康太極拳 |
| 時間 | 13:30-14:30 | 13:30-14:50 |
| 会場 | 総合体育館 | 健康ドーム |
| | アリーナ | 軽運動室 |
| 活動日 | 1 | 1 |
| | 8 | 8 |
| | 15 | 15 |
| | 22 休み | 22 |
| | 29 休み | 29 休み |

スクール

| 曜日 | 火 | 土 | 第2・4土 |
|-------|-------------|-------------|-------------|
| スクール名 | ヒップホップ | 剣道 | ジュニア卓球 |
| 時間 | 18:45/19:45 | 13:15~15:00 | 10:00~11:50 |
| 会場 | 総合体育館 | 総合体育館 | 健康ドーム |
| | 多目的ホール | 剣道場 | アリーナ |
| 活動日 | 5 | 2 | |
| | 12 | 9 | 9 |
| | 19 | 16 | |
| | 26 | 23 休み | 23 休み |
| | | 30 | |

東スポーツクラブ事務局開局日時

月曜 9:00~15:00

水曜 13:00~15:00

金曜 13:00~15:00

※体育館休館日・スポーツクラブ休止期間

その他臨時でお休みすることがあります

☎0568-70-5479

☆ボランティアスタッフ募集!!☆

各サークルはボランティアの方々のご協力となりたくております!!ぜひ皆様のお力をお貸しください!! ☆東スポーツクラブ☆