

1 月 月間予定表

曜日	コース名	会 場	時 間	期 日
月	キッズチアダンス	スポーツセンター 軽運動場	16:30～ 17:20	17 24 31
	ジュニアチアダンス		17:30～ 18:30	17 24 31
	スポーツ民踊 (昼)	スポーツセンター 弓道場	13:30～ 15:00	
	スポーツ民踊 (キッズジュニア)		17:30～ 18:30	
	多種目トライ	スポーツセンター 第二体育館	19:15～ 20:15	17 24 31
	柳川式わんぱく体操	スポーツセンター 第一体育館	19:15～ 20:15	17 24 31
	新体操	スポーツセンター 軽運動場	19:00～ 20:00	17 24 31
	上達卓球	スポーツセンター 第一体育館	18:30～ 20:30	17 24 31
	Enjoy! バスケット (ジュニア)	スポーツセンター 第一体育館	18:30～ 19:45	17 24 31

(山形市体育協会スポーツクラブ 連絡先)

TEL : 023-616-6676 FAX : 023-625-2285

E-mail : club@yamagatasi-taikyou.jp

月間予定表はホームページからでもご覧になれます。

火・水・木・金曜日は裏面をご覧ください。→

1月 月間予定表

曜日	コース名	会場	時間	期 日
火	HipHopダンス	スポーツセンター 剣道場	17:00～ 18:00	11 18 25
	ソフトテニス	スポーツセンター テニスコート	18:30～ 20:30	/ / / / /
	ピラティス (モーニング)	スポーツセンター 柔道場	10:30～ 11:45	11 18 25
	ピラティス (アフター)	スポーツセンター 軽運動場	19:15～ 20:30	11 18 25
	弓道入門	スポーツセンター 弓道場	19:00～ 20:30	/ / / / /
水	リフレッシュヨガ (モーニング)	スポーツセンター 柔道場	10:30～ 11:45	12 19 26
金	バレエ (キッズ) バレエ (ジュニア低学年)	スポーツセンター 特設スタジオ	17:00～ 18:00	7 14 21
	バレエ (ジュニア高学年)		18:00～ 19:00	7 14 21
	バレエ (オープン)		19:15～ 20:15	7 14 21
	リフレッシュヨガ (アフター)	スポーツセンター 軽運動場	19:15～ 20:30	7 14 21
	スッキリBODYメイク	スポーツセンター 柔道場	10:00～ 11:15	7 14 21
	健康スイミング	スポーツセンター 屋内プール	10:00～ 12:00	7 14 21