

令和6年度 第2期笠松スポーツ教室(フィットネス教室・屋外教室) 日程表

【フィットネス教室】

曜日・教室名		時間	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回	諸注意	携行品
月	すつきりストレッチ	13:30~14:30	8/26	9/2	9/9	9/30	10/7	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25	9/16、23、 10/14、11/4 は除く	室内用シューズ ヨガマット
	はじめてのヨガ	19:00~20:00												ヨガマット
火	シンプルエアロ	13:30~14:30	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29		室内用シューズ
	コンディショニングヨガ	18:00~19:00											ヨガマット	
木	骨盤ストレッチ(木)	11:00~12:00	8/29	9/5	9/12	9/19	9/26	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31		ヨガマット
	キッズジャズダンス	17:00~18:00											室内用シューズ	
金	ピラティス	10:00~11:00	8/30	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/25	11/1	11/8	10/18 は除く	ヨガマット
	リフレッシュヨガ	18:15~19:15												ヨガマット
	骨盤ストレッチ(金)	19:30~20:30												ヨガマット

【屋外教室】

曜日・教室名		時間	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	予備日	予備日	諸注意	携行品
火	テニス成人	13:00~15:00	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	10/29、11/5 は除く	シューズ・ラケット
木	テニス小学生	17:00~19:00	9/5	9/12	9/19	9/26	10/3	10/10	10/17	10/31	11/7	11/14	10/24 は除く	シューズ・ラケット ※ラケットは貸出可

曜日・教室名		時間	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	予備日	予備日	諸注意	携行品
木	かけっこ	17:00~18:00	9/12	9/19	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	9/26 は除く	運動靴(陸上用スパイクでないもの) ビブス(1~3年生) ※初日受付時にビブスを配付、最終日受講後に回収

曜日・教室名		時間	第1回	第2回	第3回	予備日	予備日	携行品
土日	アーチェリー	13:30~15:30	9/14	9/21	9/22	9/28	10/5	運動靴

曜日・教室名		時間	第1回	予備日	諸注意
土	親子スポーツクライミング	10:00~15:00	10/5	10/6	昼休憩12:00~13:00

・受付は開始時刻の30分前から行います。

【フィットネス教室】山新スイミングアリーナ 1Fエントランス 【テニス】テニスコート 【かけっこ】水戸信用金庫スタジアム(主陸上競技場)

【アーチェリー】アーチェリー場 【親子スポーツクライミング】登はん場

・教室を安全に運営するため、開始時刻をお守りいただけますようお願いいたします。

・悪天候等により教室開催を延期または中止する場合は、笠松運動公園ホームページでお知らせいたしますのでご確認ください。

また、お申込みの際にご登録いただいたメールアドレス宛にも通知いたします。