

# 長岡蒼柴スポーツクラブ 6月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					健康ヨガ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ3階和室 柔道 (19:00-21:00)@高専柔道場	テニス【基礎コース】 (17:00-19:00) @高専テニスコート
3	4	5	6	7	8	9
早起親子体操教室 (7:30-8:30)@高専第1体育館 柔道 (9:30-11:30)@高専柔道場 アスレティックス (9:30-11:30)@高専グラウンド ※雨天時、高専剣道場	サッカー【基礎】 (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館	テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @高専テニスコート	サッカー【スキルアップ】 (17:30-18:30) @四郎丸小学校体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @高専テニスコート	健康ヨガ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ3階和室	トライアスロン (13:00-15:00) ※前半プール @DPプール テニス【基礎コース】 (17:00-19:00) @高専テニスコート
10	11	12	13	14	15	16
早起親子体操教室 (7:30-8:30)@高専第1体育館 柔道 (9:30-11:30)@高専柔道場 アスレティックス (9:30-11:30)@DPプール ※天候に関係なくDPプールです。	サッカー【基礎】 (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館	テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @高専テニスコート	サッカー【スキルアップ】 (17:30-18:30) @四郎丸小学校体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館 テニス【選手コース】 (19:00-21:00) @高専テニスコート	健康ヨガ (10:30-11:30) @高齢者センターけさじろ3階和室 柔道 (19:00-21:00)@高専柔道場	テニス【エンジョイコース】 (13:00~15:00) @高専テニスコート テニス【基礎コース】 (17:00-19:00) @高専テニスコート

# 長岡蒼柴スポーツクラブ 6月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
17	18	19	20	21	22	23
<b>早起親子体操教室</b> (7:30-8:30)@高専第1体育館 <b>アスレティックス</b> (9:30-11:30)@高専グラウンド ※雨天時長岡高専剣道場 <b>柔道</b> (9:30-11:30) @高専柔道場	<b>サッカー【基礎】</b> (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館	<b>テニス【選手コース】</b> (19:00-21:00) @ 高専テニスコート	<b>サッカー【スキルアップ】</b> (17:30-18:30) @ 四郎丸小学校体育館	<b>めざせ!スポーツ万能スクール</b> (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館 <b>テニス【選手コース】</b> (19:00-21:00) @ 高専テニスコート	<b>健康ヨガ</b> (10:30-11:30) @ 高齢者センターけさじろ3階和室 <b>柔道</b> (19:00-21:00)@高専柔道場	<b>トライアスロン</b> (12:00-14:00)※前半プール @DPプール <b>テニス【エンジョイコース】</b> (13:00~15:00) @ 高専テニスコート <b>柔道</b> (13:30-15:30) @ 市民体育館柔道場 <b>テニス【基礎コース】</b> (17:00-19:00) @ 高専テニスコート
24	25	26	27	28	29	30
<b>早起親子体操教室</b> (7:30-8:30)@高専第1体育館 <b>柔道</b> (9:30-11:30)@高専柔道場 <b>アスレティックス</b> (9:30-11:30)@高専グラウンド ※雨天時DPプール <b>テニス【エンジョイコース】</b> (13:00~15:00) @ 高専テニスコート	<b>サッカー【基礎】</b> (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館	<b>テニス【選手コース】</b> (19:00-21:00) @ 高専テニスコート	<b>サッカー【スキルアップ】</b> (17:30-18:30) @ 四郎丸小学校体育館	<b>めざせ!スポーツ万能スクール</b> (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館 <b>テニス【選手コース】</b> (19:00-21:00) @ 高専テニスコート	<b>健康ヨガ</b> (10:30-11:30) @ 高齢者センターけさじろ3階和室 <b>柔道</b> (19:00-21:00)@高専柔道場	<b>トライアスロン</b> (12:00-14:00) ※前半プール @DPプール <b>テニス【エンジョイコース】</b> (13:00~15:00) @ 高専テニスコート

## 長岡蒼柴スポーツクラブ事務局

長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ2階(公財)長岡市スポーツ協会内

TEL:0258-34-2130 FAX:0258-34-2170

mail:info@aoshi-sc.com

HP:http://www.aoshi-sc.com