

長岡蒼柴スポーツクラブ 8月 活動予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				 <h2 style="font-size: 2em; margin: 0;">長岡まつり</h2>		
4	5	6	7	8	9	10
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DPプール テニス【エンジョイコース】 (13:00-15:00) @長岡高専テニスコート	サッカー【基礎】 (17:45-18:45) @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】 (18:00-19:00) @栖吉小学校体育館 アスレティックス【選手コース】 (18:30-20:00) @陸上競技場 ※雨天時栖吉小学校体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @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) @栖吉中武道場	柔道 (9:30-11:30) @市民体育館柔道場 トライアスロン (13:00-15:00) バイク練習 @集合場所未定 テニス【基礎コース】 (17:00-19:00) @南部体育館グリーンフロア
11	12	13	14	15	16	17
柔道 (9:30-11:30)@市民体育館柔道場 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。	スポーツレクリエーションフェスタ @アオーレ長岡 ※長岡蒼柴スポーツクラブも協力しています!					トライアスロン (12:30-14:30) @DPプール ※前半スイム 柔道 (14:00-16:00) @市民体育館柔道場

長岡蒼柴スポーツクラブ 8月 活動予定

	月	火	水	木	金	土
18	19	20	21	22	23	24
	サッカー【基礎】 (17:45-18:45) @ 栖吉小学校体育館 親子OREリズム体操 (18:30-19:20) @ 北部体育館多目的ホール	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】 (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館 アスレティックス【選手コース】 (18:30-20:00) @ 陸上競技場 ※雨天時 栖吉小体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @ 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	トライアスロン (13:00-15:00) 前半スイム @ DPプール テニス【エンジョイコース】 (13:00~15:00) @ 高専テニスコート
25	26	27	28	29	30	31
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】 (17:45-18:45) @ 栖吉小学校体育館 親子OREリズム体操 (18:30-19:20) @ 北部体育館多目的ホール	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】 (18:00-19:00) @ 栖吉小学校体育館 アスレティックス【選手コース】 (18:30-20:00) @ 陸上競技場 ※雨天時 栖吉小体育館	めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @ 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) @ 長岡高専テニスコート

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