

長岡蒼紫スポーツクラブ 3月 活動予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---|--|--|--|---|
| | | | | | | 1 |
| | | | | | | テニス【キッズ】 (17:00～19:00) @長岡高専第2体育館 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @長岡高専柔道場 柔道 (9:30-11:30) @長岡高専柔道場 アスレティックス(日) (9:30-11:30) @長岡高専剣道場 | サッカー(月) (18:00-19:00) @ 栖吉小学校 サッカー中学生 (19:10-20:10) @ 栖吉小学校 アスレティックス(月) (18:00-19:00) @DPプール | 健康ヨガ～しなの～ ①9:30-10:30 ②10:45-11:45 @高齢者センターしなの テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @中之島体育館 | サッカー(水) (18:00-19:00) @ 栖吉小学校 アスレティックス(選手コース) (19:00～20:30) @ 栖吉中学校 | めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @ 栖吉小学校 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @市民体育館小アリ | 健康ヨガ～けさじろ～ (10:00-11:00) @高齢者センターけさじろ 柔道 (19:00-20:30) @長岡高専柔道場 | トライアスロン (12:20-14:20) @DPプール ※サブプール テニス【キッズ】 (17:00～19:00) @長岡高専第2体育館 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @長岡高専柔道場 柔道 (9:30-11:30) @長岡高専柔道場 アスレティックス(日) (9:30-11:30) @DPプール | サッカー(月) (18:00-19:00) @ 栖吉小学校 サッカー中学生 (19:10-20:10) @ 栖吉小学校 アスレティックス(月) (18:00-19:00) @DPプール | 健康ヨガ～しなの～ ①9:30-10:30 ②10:45-11:45 @高齢者センターしなの テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @上組小体育館 | サッカー(水) (18:00-19:00) @ 栖吉小学校 アスレティックス(選手コース) (19:00～20:30) @ 栖吉中学校 | めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @ 栖吉小学校 テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @市民体育館会議室 | 健康ヨガ～けさじろ～ (10:00-11:00) @高齢者センターけさじろ 柔道 (19:00-20:30) @長岡高専柔道場 | トライアスロン (12:20-14:20) @DPプール ※サブプール |

長岡蒼柴スポーツクラブ 3月 活動予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|---|---|--|--|---|
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 東山かんじきツアー 早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @長岡高専柔道場 柔道 (9:30-11:30) @長岡高専柔道場 テニス【エンジョイコース】 (13:00-15:00) @長岡高専第2体育館 | サッカー(月) (18:00-19:00) @栖吉小学校 サッカー-中学生 (19:10-20:10) @栖吉小学校 アスレティックス(月) (18:00-19:00) @DPプール | 健康ヨガ~しなの~ ①9:30-10:30 ②10:45-11:45 @高齢者センターしなの テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @上組小体育館 サッカー(水) (18:00-19:00) @市民体育館大アリーナB ※2/5中止分振替 | サッカー(水) (18:00-19:00) @栖吉小学校 アスレティックス (選手コース) (19:00~20:30) @栖吉中学校 | 春分の日 | 健康ヨガ~けさじろ~ (10:00-11:00) @高齢者センターけさじろ 柔道 (19:00-20:30) @長岡高専柔道場 | トライアスロン (12:00-14:00) @DPプール |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 早起き親子体操教室 (8:00-9:00) @長岡高専柔道場 柔道 (9:30-11:30) @市民体育館柔道場 アスレティックス(日) (9:30-11:30) @DPプール テニス【エンジョイコース】 (13:00-15:00) @長岡高専第2体育館 | サッカー(月)、(中学生)合同 (18:00-19:00) @市民体育館大アリーナC アスレティックス(月) (18:00-19:00) @DPプール | テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @市民体育館 | サッカー(水) (18:00-19:00) @市民体育館大アリーナC アスレティックス (選手コース) (19:00~20:30) @栖吉中学校 | めざせ!スポーツ万能スクール (17:45-18:45) @市民体育館大アリーナBC テニス【アスリート】 (19:00-21:00) @市民体育館小アリーナ | 柔道 (19:00-20:30) @長岡高専柔道場 | トライアスロン (12:00-14:00) @DPプール |
| 30 | 31 | | | | | |
| 柔道 (9:30-11:30) @長岡高専柔道場 アスレティックス(日) (9:30-11:30) @長岡高専第2体育館 テニス【エンジョイコース】 (13:00-15:00) @長岡高専第2体育館 | サッカー(月)、(中学生)合同 (18:00-19:00) @市民体育館大アリーナBC ※2/10中止分振替 | | | | | |

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



公式instagram

公式LINE