

2022年(令和4年) 8月教室スケジュール (ボルダリング個人開放は別途、右下枠外に記載)

月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)	日(SUN)
1 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:30~12:00 太極拳教室 剣道 ○ 10:10~11:20 ゆる体操 柔道 ○ 13:45~15:00 ズンバ教室 ミニテ ○ 13:15~14:00	2 ボルダリング教室 フロア ○ 11:00~19:00 ボールコンディショニング 柔道 ① 9:15~10:30 (初心者) ② 10:30~11:45 (経験者) キッズダンス ウエル ① 16:30~17:30 (リトルクラス) ② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)	3 エンジョイフラ 柔道 ○ 14:15~15:30 エンジョイ吹矢 柔道 ○ 12:40~14:00	4 ボルダリング教室 フロア ○ 11:00~19:00 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:30~12:00 ストレッチ&リズム体操 柔道 ○ 14:05~15:20 チア教室 ウェル、レク、ミーテ ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~4) ③ 17:30~18:30 (小学5~6) ④ 18:50~19:50 (中学生)	5	6 ボルダリング教室 フロア ○ 13:30~19:00 卓球教室(中級) レク ○ 9:30~11:50 太極拳教室 レク ○ 16:00~17:10	7
8 体育館休館日 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:30~12:00	9 ボルダリング教室 フロア ○ 11:00~19:00 ボールコンディショニング 柔道 ① 9:15~10:30 (初心者) ② 10:30~11:45 (経験者)	10 エンジョイフラ 柔道 ○ 14:15~15:30	11 ボルダリング体験会 フロア ○ 12:00~17:00	12	13 iクラブ事務所夏休み	14
15	16 iクラブ事務所夏休み	17	18 ボルダリング教室 フロア ○ 11:00~19:00 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:30~12:00 ストレッチ&リズム体操 柔道 ○ 14:05~15:20 チア教室 ウェル、レク、ミーテ ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~4) ③ 17:30~18:30 (小学5~6) ④ 18:50~19:50 (中学生)	19	20 ボルダリング教室 フロア ○ 13:30~19:00 卓球教室(中級) レク ○ 9:30~11:50 太極拳教室 レク ○ 16:00~17:10	21
22 体育館休館日 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:30~12:00	23 ボルダリング教室 フロア ○ 11:00~19:00 キッズダンス ウエル ① 16:30~17:30 (リトルクラス) ② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)	24 エンジョイフラ 柔道 ○ 14:15~15:30 親子体操教室 メイン (わんぱく) ① 14:45~15:30 (わんぱく) ② 15:35~16:25 (年中~年長) ③ 16:25~17:15 (小学1~2年) ④ 17:15~18:30 (小学3~6年)	25 ボルダリング教室 フロア ○ 11:00~19:00 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:30~12:00 チア教室 ウェル、レク、ミーテ ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~4) ③ 17:30~18:30 (小学5~6) ④ 18:50~19:50 (中学生)	26 ソフト&ピラテス 剣道 ○ 12:45~14:00 練功 剣道 ○ 14:10~15:20	27 ボルダリング教室 フロア ○ 13:30~19:00	28
29 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:30~12:00 太極拳教室 剣道 ○ 10:10~11:20 ズンバ教室 メイン ○ 13:15~14:00 ゆる体操 柔道 ○ 13:45~15:00	30 ボールコンディショニング 柔道 ① 9:15~10:30 (初心者) ② 10:30~11:45 (経験者) キッズダンス ウエル ① 16:30~17:30 (年長~小2) ② 17:30~18:30 (小3~小6)	31 親子体操教室 メイン (わんぱく) ○ 14:45~15:30 (わんぱく) ① 15:35~16:25 (年中~年長) ② 16:25~17:15 (小学1~2年) ③ 17:15~18:30 (小学3~6年)	ボルダリング個人開放日 火曜日(13:00~16:00) 2. 9. 23 水曜日(13:00~17:30) 3. 10. 24. 31 木曜日(13:00~16:00) 4. 18. 25 土曜日(11:00~13:00) 6. 20. 27	凡例 メイン メインアリーナ 剣道 剣道場 柔道 柔道場 レク レクリエーションルーム ウエル ウェルネスアリーナ フロア 1階フロア ミニテ ミーティングルーム 総合 総合グラウンド 南多摩 南多摩スポーツ広場		