



2024年(令和6年)2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 ○ 9:45~12:00 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 ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~3) ③ 17:30~18:30 (小学4~6) ④ 18:50~19:50 (中学生) レク	2 親子体操教室 柔道 (アイアイ) (よちよちクラス) ○ 9:30~10:30 ○ 10:40~11:40 ソフト&ピラテス 剣道 練習 ○ 12:45~14:00 ○ 14:10~15:20	3 ボルダリング教室 フロア ○ 12:40~19:00 卓球教室(中級) レク ○ 9:30~11:50 太極拳教室 レク ○ 15:50~17:00	4
5 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:45~12:00 太極拳教室 剣道 ○ 10:10~11:30 ゆる体操 柔道 ○ 13:30~14:45 ズンバ教室 メイン ○ 13:15~14:00	6 ボルダリング教室 フロア C 15:00~18:40 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) 卓球教室(初級) レク ○ 16:00~18:30 キッズダンス ウェル ① 16:30~17:30 (リトルクラス) ② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)	7 ターゲットバードゴルフ 総格 ○ 9:30~11:30 ヨガ 柔道 ○ 10:00~11:15 エンジョイ吹矢 柔道 C 12:40~14:00 エンジョイフラ 柔道 ○ 14:15~15:30 親子体操教室 メイン ○ 14:45~15:30 (わんぱく) 幼児体操教室 メイン 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)	8 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:45~12:00 個別運動講座 ミーテ2 ○ 14:30~15:30 ボルダリング教室 フロア ○ 15:00~18:40 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 ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~3) ③ 17:30~18:30 (小学4~6) ④ 18:50~19:50 (中学生) レク	9 親子体操教室 柔道 (アイアイ) (よちよちクラス) ○ 9:30~10:30 ○ 10:40~11:40 ソフト&ピラテス 剣道 練習 ○ 12:45~14:00 ○ 14:10~15:20	10 ボルダリング教室 フロア ○ 12:40~19:00	11 建国記念の日
12 振替休日	13 体育館休館日	14 ターゲットバードゴルフ 総格 ○ 9:30~11:30 ヨガ 柔道 ○ 10:00~11:15 エンジョイフラ 柔道 ○ 14:15~15:30 親子体操教室 メイン ○ 14:45~15:30 (わんぱく) 幼児体操教室 メイン 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)	15 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:45~12:00 ボルダリング教室 フロア ○ 15:00~18:40 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 ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~3) ③ 17:30~18:30 (小学4~6) ④ 18:50~19:50 (中学生) レク	16 親子体操教室 柔道 (アイアイ) (よちよちクラス) ○ 9:30~10:30 ○ 10:40~11:40 ソフト&ピラテス 剣道 練習 ○ 12:45~14:00 ○ 14:10~15:20	17 ボルダリング教室 フロア ○ 12:40~19:00 卓球教室(中級) レク ○ 9:30~11:50 太極拳教室 レク ○ 15:50~17:00	18
19 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:45~12:00 太極拳教室 剣道 ○ 10:10~11:30 ゆる体操 柔道 ○ 13:30~14:45 ズンバ教室 メイン ○ 13:15~14:00	20 ボルダリング教室 フロア C 15:00~18:40 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) 卓球教室(初級) レク ○ 16:00~18:30 キッズダンス ウェル ① 16:30~17:30 (リトルクラス) ② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)	21 ターゲットバードゴルフ 総格 ○ 9:30~11:30 ヨガ 柔道 ○ 10:00~11:15 エンジョイ吹矢 柔道 C 12:40~14:00 エンジョイフラ 柔道 ○ 14:15~15:30 親子体操教室 メイン ○ 14:45~15:30 (わんぱく) 幼児体操教室 メイン 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)	22 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:45~12:00 ボルダリング教室 フロア ○ 15:00~18:40 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 ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~3) ③ 17:30~18:30 (小学4~6) ④ 18:50~19:50 (中学生) レク	23 天皇誕生日 クラブ交流会	24 ボルダリング体験会 フロア ○ 13:00~16:10	25
26 体育館休館日 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:45~12:00	27 ボルダリング教室 フロア C 15:00~18:40 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) 卓球教室(初級) レク ○ 16:00~18:30 キッズダンス ウェル ① 16:30~17:30 (リトルクラス) ② 17:30~18:30 (ジュニアクラス)	28 ターゲットバードゴルフ 総格 ○ 9:30~11:30 ヨガ 柔道 ○ 10:00~11:15 親子体操教室 メイン ○ 14:45~15:30 (わんぱく) 幼児体操教室 メイン 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)	29 グラウンドゴルフ 南多摩 ○ 9:45~12:00 チア教室 ウェル、レク ① 15:40~16:30 (年少~年長) ② 16:30~17:30 (小学1~3) ③ 17:30~18:30 (小学4~6) ④ 18:50~19:50 (中学生) レク	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 ウェル ウェルネスアリーナ フロア 1階フロア ミーテ ミーテングルーム 総格 総合グラウンド 南多摩 南多摩スポーツ広場	ボルダリング個人開放日 火曜日(12:30~14:40) 6, 20, 27 水曜日(12:30~17:30) 7, 14, 21, 28 木曜日(12:30~14:40) 15, 22 土曜日(10:20~12:20) 3, 10, 17, 24	