

## 2025年度 第3期スポーツクラブ教室 予定表

### 玉野市総合体育館（レクレセンター）

曜日	教室名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
火	いきいき体操	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	ボディメンテナンスヨガ	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	おてがる体操	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	初めてのベリーダンス	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	火曜ヨガ	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	初めてのダンス（年中～小2）	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	初めてのダンス（小3～小6）	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	新体操	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	やさしいフラダンス	1/13	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24	
	ジュニア卓球	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
	バドミントン	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17
水	やさしいピラティス&ヨガ（水曜）	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	エンジョイビクス	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	リラックス体操	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	レクダンス	1/7	1/14	1/21	2/18	3/4	3/11	3/18			
	卓球（中級）※アリーナ	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	卓球（初級）	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	卓球（中級）	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	楽しい体育の時間	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	レクすぽ 1	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	レクすぽ 2	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	インドアジュニアテニス（初心者・初級）	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	インドアジュニアテニス（初級・中級）	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	ヴィンヤサヨガ	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
	リラックスヨガ	1/7	1/14	1/21	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	
木	太極拳入門	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
	正しい健康づくり基礎編	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
	木曜ヨガ	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
	レクすぽ 3	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
	レクすぽ 4	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
	レクすぽ+プラス	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
	ピラティス	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
	燃焼系エアロ&ストレッチ	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
金	太極拳	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	初めてのインドアテニス	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	インドアテニス	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	リズムダンス	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	やさしいピラティス&ヨガ（金曜）	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	レクすぽ5	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	レクすぽ 6	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	<small>NEW</small> 初めてのヨガ（初心者～初級）	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	
	<small>NEW</small> スッキリヨガ（初級～中級）	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	

### 玉野市民総合運動公園（玉原運動公園）

曜日	教室名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
木	テニス（木曜）	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	オムニコート
土	ジュニアソフトテニス	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	オムニコート

※会場等の都合により変更になる場合があります。