

2020年 10月 火の山スポーツクラブ 10月・11月・12月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
				1 テコンドー	2 ゴルフ 卓球	3
4 ウォーキング(旧古城小) クラシックバレエ(アゼリア) ピラティス(アゼリア)	5 HIP-HOPダンス (アゼリア)	6 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	7 サッカー ショートテニス(阿蘇) ランニング	8 テコンドー ソフトテニス(一の宮) 卓球	9 ゴルフ	10
11 ウォーキング(阿蘇医療センター) クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	12 HIP-HOPダンス (オンライン)	13 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	14 サッカー	15 テコンドー ソフトテニス(一の宮) 卓球	16 ゴルフ	17
18 ウォーキング(はな阿蘇美)	19 HIP-HOPダンス (オンライン)	20 ゴルフ(指導者なし)	21 サッカー ショートテニス(一の宮) ランニング	22 テコンドー ソフトテニス(一の宮) 卓球	23 ゴルフ	24
25 ウォーキング(あびか) クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	26	27 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	28 サッカー ショートテニス(一の宮)	29 テコンドー ソフトテニス(一の宮)	30 ゴルフ 卓球	31

2020年 11月

日	月	火	水	木	金	土
1 ウォーキング(一の宮グラウンド) クラシックバレエ(アゼリア) ピラティス(アゼリア)	2 HIP-HOPダンス (アゼリア)	3 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	4 サッカー ショートテニス(阿蘇)	5 ソフトテニス (阿蘇体育館)	6 ゴルフ 卓球	7
8 ウォーキング(役犬原選果場跡) クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	9 HIP-HOPダンス (オンライン)	10 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	11 サッカー	12 ソフトテニス (阿蘇体育館)	13 ゴルフ 卓球 ショートテニス(阿蘇)	14
15 ウォーキング(市役所本庁) クラシックバレエ(アゼリア) ピラティス(アゼリア)	16 HIP-HOPダンス (オンライン)	17 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	18 サッカー ショートテニス(一の宮) ランニング	19 テコンドー ソフトテニス (阿蘇体育館)	20 ゴルフ 卓球	21 体験教室 リフレッシュヨガ 19:00~20:00
22 ウォーキング(あびか) クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	23	24 ゴルフ(指導者なし)	25 サッカー ショートテニス(一の宮) ランニング	26 テコンドー	27 ゴルフ 卓球	28 体験教室 リフレッシュヨガ 19:00~20:00
29 クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	30					

2020年 12月 火の山スポーツクラブ 10月・11月・12月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
		1 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	2 サッカー ショートテニス(阿蘇) ランニング	3 テコンドー ソフトテニス (阿蘇体育館)	4 ゴルフ 卓球	5
6 ウォーキング(旧坂梨小) クラシックバレエ(アゼリア) ピラティス(アゼリア)	7 HIP-HOPダンス (アゼリア)	8 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	9 サッカー ショートテニス(阿蘇) ランニング	10 テコンドー ソフトテニス (阿蘇体育館)	11 ゴルフ 卓球	12 体験教室 リフレッシュヨガ 19:00~20:00
13 ウォーキング(内牧支所) クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	14 HIP-HOPダンス (オンライン)	15 ゴルフ(指導者なし) バドミントン	16 サッカー ショートテニス(一の宮) ランニング	17 テコンドー ソフトテニス (阿蘇体育館) 卓球	18 ゴルフ	19
20 ウォーキング(あびか) クラシックバレエ(アゼリア) ピラティス(アゼリア)	21 HIP-HOPダンス (オンライン)	22 ゴルフ(指導者なし)	23 サッカー ショートテニス(一の宮) ランニング	24 ソフトテニス (阿蘇体育館)	25 ゴルフ	26 体験教室 リフレッシュヨガ 19:00~20:00
27 クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	28	29	30	31		

各種目の基本詳細です。会員証があれば、どの種目にも参加できます！！

種目	曜日 <small>変更になる場合もあります。</small>	参加料	時間	場所および詳細
ショートテニス	水曜日	1回 100円	20:00~22:00	阿蘇体育館(第2体育館)／一の宮体育館 お問い合わせ先 指導者 大和090-1082-5480
卓球	金曜日	高校生以下1回200円 一般1回300円	20:00~22:00	阿蘇体育館(第1体育館) 指導者:阿蘇市卓球協会
ウォーキング	日曜日	無料	9:00~10:30	市内各地(集合場所はカレンダー通りです。雨天の場合は原則中止となります。) お問い合わせ先 指導者 宮崎090-4995-4859 光木090-4348-5549
バドミントン	火曜日	1回 200円	20:00~22:00	阿蘇体育館(第1体育館)
ゴルフ	練習場 火・金曜日	2H 大人1,100円 高校生以下600円	19:00~21:00	阿蘇ゴルフ練習場 金曜日の指導時間(19:00~21:00)
	ゴルフ場 毎日	大人【9H】2,500~ 4,250円【18H】3,500~ 7,400円 高校生以下【18H】 3,100円	13:00~ (要予約)	あつまる阿蘇赤水ゴルフ倶楽部、阿蘇グランヴィリオホテルゴルフ 場、阿蘇ハイランドゴルフコース、阿蘇やまなみゴルフ倶楽部他 注…ゴルフ場には価格差があります。 ※参加料は薄暮プレーに限る。※会員証を提示する(徹底!)
ピラティス	日曜日	1回 500円	20:00~21:00	第1、3 ⇒ アゼリア21 第2、4 ⇒ オンラインレッスン
ソフトテニス	木曜日	1回 300円 家族2人目以降100円	19:30~21:30	10月 一の宮運動公園 ※雨天時は阿蘇体育館(予定) 11月、12月 阿蘇体育館(第1体育館)
サッカー	水曜日	400円	18:00~19:30	サッカーフィールドsasovigo(阿蘇の司ピラパークホテル右奥)
骨盤エクササイズ	令和2年度は休止となります			
テコンドー	木曜日	無料	19:00~20:00	一の宮体育館
HIP-HOPダンス	月曜日	中学生以上 1,200円/月 小学生以下 1,000円/月	18:00~19:00 時間変更となりま す	第1 ⇒ アゼリア21 ※室内用シューズをご持参ください 第2、3 ⇒ オンラインレッスン 親子で参加すると割引あります! 大人+子ども 2,000円
エンジョイランニング	水曜日	無料	19:30~20:30	国立阿蘇青少年交流の家グラウンド
クラシックバレエ	日曜日	1ヶ月/4回 3,400円 (内訳:アゼリア1,000円×2回、 オンライン700円×2回)	19:00~20:00	第1、3 ⇒ アゼリア21 第2、4 ⇒ オンラインレッスン