

2021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	
			ゴルフ 卓球	1	2		
ウォーキング(旧坂梨小学校) クラシックバレエ(アゼリア21) ピラティス(アゼリア21)	3	4	5	6	7	8	9
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン	サッカー ショートテニス(阿蘇)	テコンドー ソフトテニス(一の宮)	ゴルフ 卓球		
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)	10	11	12	13	14	15	16
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン	サッカー ショートテニス(阿蘇)	テコンドー ソフトテニス(一の宮)	ゴルフ 卓球		
ウォーキング(阿蘇神社) クラシックバレエ(アゼリア21) ピラティス(アゼリア21)	17	18	19	20	21	22	23
		ゴルフ(指導者なし)	サッカー ショートテニス(一の宮)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇) 卓球	ゴルフ		
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)	24	25	26	27	28	29	30
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン シニアエクササイズ	サッカー ショートテニス(一の宮)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇)	ゴルフ		

2021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	
		サッカー ショートテニス(阿蘇)	1	2	3	4	
ウォーキング(旧山田小学校) クラシックバレエ(アゼリア21) ピラティス(アゼリア21)	5	6	7	8	9	10	11
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン	サッカー ショートテニス(阿蘇)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇)	ゴルフ 卓球		
ウォーキング(阿蘇市役所) クラシックバレエ(オンライン) ピラティス(オンライン)	12	13	14	15	16	17	18
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン シニアエクササイズ	サッカー ショートテニス(一の宮)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇)	ゴルフ 卓球 ランニング		
ウォーキング(阿蘇医療センター) クラシックバレエ(アゼリア21) ピラティス(アゼリア21)	19	20	21	22	23	24	25
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン	サッカー ショートテニス(一の宮)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇)	ゴルフ		
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	28	29	30	31	
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン					

2021年 11月

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン ショートテニス(阿蘇) ソフトテニス(阿蘇)	サッカー	テコンドー	ゴルフ ランニング		
ウォーキング(旧古城小学校) クラシックバレエ(アゼリア21) ピラティス(アゼリア21)	7	8	9	10	11	12	13
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン シニアエクササイズ	サッカー ショートテニス(阿蘇)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇) 卓球	ゴルフ		
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	15	16	17	18	19	20
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン	サッカー ショートテニス(一の宮)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇)	ゴルフ ランニング		
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21) ピラティス(アゼリア21)	21	22	23	24	25	26	27
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン	サッカー ショートテニス(一の宮)	テコンドー ソフトテニス(阿蘇)	ゴルフ 卓球		
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)	28	29	30				
		ゴルフ(指導者なし) バドミントン シニアエクササイズ					

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
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
クラシックバレエ	日曜日	アゼリア 1回1,000円 zoom 1回700円	19:00~20:00	第1,3 ⇒ アゼリア21 第2,4 ⇒ オンラインレッスン <b>状況により変更あり</b>
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
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)
サッカー	水曜日	400円	18:00~19:30	サッカーフィールドasovigo(阿蘇の司ピラパークホテル右奥) ※雨天の場合は中止となります。
骨盤エクササイズ	10~12月は休止します			
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
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	一の宮運動公園テニスコート / 阿蘇体育館
テコンドー	木曜日	無料	19:00~20:00	一の宮体育館
エンジョイランニング	金曜日	無料	19:00~20:00	国立阿蘇青少年交流の家グラウンド ※天候等により、休止の場合もあります。
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 ※指導者へ要連絡。 090-3661-8171 森 繁博	13:00~ (要予約)	阿蘇グランヴィリアホテルゴルフ場、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 上記ゴルフ場はお得にご利用いただけます。 料金はホームページをご確認ください。 <a href="http://hsc.moo.jp">http://hsc.moo.jp</a> ※薄暮プレーに限る。※会員証を提示する(徹底!)
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