

2022年 1月 火の山スポーツクラブ 1月・2月・3月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4 ゴルフ(指導者なし)	5	6 ソフトテニス(阿蘇)	7 ゴルフ	8
9 ウォーキング(阿蘇神社) クラシックバレエ ピラティス	10	11 ゴルフ(指導者なし) シニアエクササイズ	12 サッカー ショートテニス(阿蘇)	13 テコンドー ソフトテニス(阿蘇)	14 ゴルフ 卓球	15
16 ウォーキング(内牧支所) クラシックバレエ ピラティス	17	18 ゴルフ(指導者なし)	19	20	21 ゴルフ	22
23 クラシックバレエ ピラティス	24	25 ゴルフ(指導者なし)	26	27	28 ゴルフ	29
30 クラシックバレエ ピラティス	31					

2022年 3月 火の山スポーツクラブ 1月・2月・3月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
						1
		1 ゴルフ(指導者なし)	2	3	4 ゴルフ	5
6 クラシックバレエ ピラティス	7	8 ゴルフ(指導者なし)	9	10 ソフトテニス(阿蘇) 卓球	11 ゴルフ	12
13 ウォーキング(阿蘇市役所) クラシックバレエ ピラティス	14	15 ゴルフ(指導者なし)	16 ショートテニス(一の宮)	17 ソフトテニス(阿蘇) 卓球	18 ゴルフ	19
20 ウォーキング(旧山田小学校) クラシックバレエ ピラティス	21	22 ゴルフ(指導者なし)	23 サッカー ショートテニス(一の宮) ソフトテニス(阿蘇)	24 テコンドー	25 ゴルフ	26
27 ウォーキング(あびか) クラシックバレエ ピラティス	28	29 ゴルフ(指導者なし)	30 サッカー	31 ソフトテニス(阿蘇)		

2022年 2月

日	月	火	水	木	金	土
		1 ゴルフ(指導者なし)	2	3	4 ゴルフ	5
6 クラシックバレエ ピラティス	7	8 ゴルフ(指導者なし)	9	10	11 ゴルフ	12
13 クラシックバレエ ピラティス	14	15 ゴルフ(指導者なし)	16	17	18 ゴルフ	19
20 クラシックバレエ ピラティス	21	22 ゴルフ(指導者なし)	23	24	25 ゴルフ	26
27 クラシックバレエ ピラティス	28					

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	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	1,000円	19:00~20:00	アゼリア21交流促進センター
ピラティス	日曜日	1回 500円	20:00~21:00	アゼリア21交流促進センター
バドミントン	火曜日	1回 200円	19:30~21:30	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	1~3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	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) 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 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。 http://hsc.moo.jp ※薄暮プレーに限る。※会員証を提示する(徹底!)
	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		
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