

2025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 ショートテニス(阿蘇)	2 テコンドー ソフトテニス 卓球	3 ゴルフ バドミントン	4 ヨガ
5 ウォーキング(旧坂梨小) クラシックバレエ ピラティス	6	7 ゴルフ(指導者なし)	8 ショートテニス(阿蘇)	9 テコンドー ソフトテニス	10 ゴルフ バドミントン	11 サッカー
12 ウォーキング(役犬原選果場跡) クラシックバレエ ピラティス	13	14 ゴルフ(指導者なし)	15	16 テコンドー	17 ゴルフ バドミントン	18 ヨガ サッカー
19 ウォーキング(旧中通小) クラシックバレエ ピラティス	20	21 ゴルフ(指導者なし)	22 ショートテニス(一の宮)	23 テコンドー ソフトテニス	24 ゴルフ バドミントン	25
26 ウォーキング(あびか) クラシックバレエ ピラティス	27	28 ゴルフ(指導者なし)	29 ショートテニス(一の宮)	30 テコンドー	31 ゴルフ バドミントン	

2025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	2 ゴルフ(指導者なし)	3 ショートテニス(阿蘇)	4 テコンドー ソフトテニス	5 ゴルフ バドミントン	6 ヨガ サッカー
7 ウォーキング(旧山田小) クラシックバレエ ピラティス	8	9 ゴルフ(指導者なし)	10 ショートテニス(阿蘇)	11 テコンドー ソフトテニス	12 ゴルフ バドミントン 卓球	13 サッカー
14 ウォーキング(市役所本庁) クラシックバレエ ピラティス	15	16 ゴルフ(指導者なし)	17 ショートテニス(一の宮)	18 テコンドー ソフトテニス	19 ゴルフ バドミントン	20 ヨガ サッカー
21 ウォーキング(阿蘇医療センター) クラシックバレエ ピラティス	22	23 ゴルフ(指導者なし)	24 ショートテニス(一の宮)	25	26 ゴルフ バドミントン	27
28 ウォーキング(あびか)	29	30 ゴルフ(指導者なし)	31			

2025年 11月

日	月	火	水	木	金	土
						1 ヨガ サッカー
2 ウォーキング(一の宮運動公園) クラシックバレエ ピラティス	3	4 ゴルフ(指導者なし)	5	6 テコンドー ソフトテニス	7 ゴルフ バドミントン ショートテニス(阿蘇)	8 HSCゴルフカップ
9 ウォーキング(旧中通小) クラシックバレエ ピラティス	10	11 ゴルフ(指導者なし)	12 ショートテニス(阿蘇)	13 ソフトテニス	14 ゴルフ バドミントン	15 ヨガ サッカー
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 ショートテニス(一の宮)	20 テコンドー	21 ゴルフ バドミントン 卓球	22
23 ウォーキング(あびか) クラシックバレエ ピラティス	24	25 ゴルフ(指導者なし)	26 ショートテニス(一の宮)	27 テコンドー	28 ゴルフ バドミントン 卓球	29
30 クラシックバレエ ピラティス						

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	9:00～11:00	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。) 問い合わせ先 指導者 090-4348-5549(光木)
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
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 問い合わせ先 指導者:090-8664-4471(園田)
ソフトテニス	木曜日	1回 300円 <small>家族2人目以降100円</small>	19:30～21:30	阿蘇体育館 小学生以下は21時までの活動とさせていただきます
テコンドー	木曜日	無料	19:00～21:00	役犬原児童館
バドミントン	金曜日	1回 300円	19:30～21:00	阿蘇中学校体育館
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 ※指導者は金曜日のみ
	ゴルフ場 毎日 ※指導者へ要連絡。 090-3661-8171 森 繁博	料金はホームページをご確認ください。	13:00～ (要予約)	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 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！)
卓 球	金曜日	一般1回300円 高校生以下1回200円	20:00～22:00	阿蘇体育館(第1体育館)
ヨガ	土曜日	一般1回500円 高校生以下 無料	10:00～11:00	一の宮高齢者センター(一の宮町手野963-1) 問い合わせ先 指導者 080-3180-4959(ヨギ)
サッカー	土曜日	300円	18:00～19:30	山田体育館 問い合わせ先 指導者 090-6283-7383(松本)