

2026年 4月 火の山スポーツクラブ 4月・5月・6月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
※下記教室は開始時間が早くなっています！ 【クラシックバレエ】18:50～19:50 【ピラティス】 19:50～20:50		1	2	3	4	
		ショートテニス	テコンドー	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー	
5	6	7	8	9	10	11
ウォーキング(市役所本庁) クラシックバレエ ピラティス		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
12	13	14	15	16	17	18
ウォーキング(はな阿蘇美) クラシックバレエ ピラティス バレエストレッチ		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
19	20	21	22	23	24	25
ウォーキング(一の宮グラウンド) クラシックバレエ ピラティス		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	
26	27	28	29	30		
ウォーキング(あびか) クラシックバレエ ピラティス バレエストレッチ		ゴルフ(指導者なし)	テコンドー ソフトテニス			

2026年 6月 火の山スポーツクラブ 4月・5月・6月 日程表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
7	8	9	10	11	12	13
ウォーキング(旧山田小) クラシックバレエ ピラティス		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
14	15	16	17	18	19	20
ウォーキング(旧坂梨小) クラシックバレエ ピラティス バレエストレッチ		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
21	22	23	24	25	26	27
ウォーキング(内牧支所) クラシックバレエ ピラティス		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
28	29	30	※下記教室は開始時間が早くなっています！ 【クラシックバレエ】18:50～19:50 【ピラティス】 19:50～20:50			
ウォーキング(あびか) クラシックバレエ ピラティス バレエストレッチ		ゴルフ(指導者なし)				

2026年 5月

日	月	火	水	木	金	土
※下記教室は開始時間が早くなっています！ 【クラシックバレエ】18:50～19:50 【ピラティス】 19:50～20:50					1	2
					ゴルフ バドミントン	
3	4	5	6	7	8	9
クラシックバレエ ピラティス		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
10	11	12	13	14	15	16
ウォーキング(旧古城小) クラシックバレエ ピラティス バレエストレッチ		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	
17	18	19	20	21	22	23
ウォーキング(阿蘇西小) クラシックバレエ ピラティス		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
24	25	26	27	28	29	30
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 バレエストレッチ		ゴルフ(指導者なし)	ショートテニス	テコンドー ソフトテニス	ゴルフ バドミントン 卓球	サッカー
31						
ウォーキング(あびか) 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	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)
バレエストレッチ	隔週日曜日	1回 350円	18:00～18:45	アゼリア21交流促進センター
クラシックバレエ	日曜日	1,000円	18:50～19:50	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	19:50～20:50	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	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 家族2人目以降100円	19:30～21:30	阿蘇体育館(第2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 ゴルフ場 毎日 ※指導者へ要連絡。 090-3661-8171 森 繁博	2H 大人1,100円 高校生以下600円 料金はホームページをご確認ください。	19:00～21:00 13:00～(要予約)	阿蘇ゴルフ練習場 ※指導者は金曜日のみ 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	阿蘇体育館武道場(1階剣道場)
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)