



令和6年度 スポーツクラブあさひ 年間スケジュール表

⑨筋トレ講座は日程を最終調整中のため、今後、開催日の変更の可能性があります。

2024/2/6時点

No.	種目	対象	時間	曜日(変更もあります)	場所・その他
①	Jr.ショートテニス	3歳児～小学6年生	10:00～12:00	日曜日 第3週	西中学校体育館
②	Jr.サッカー	小学1～6年生	9:30～11:30	土曜日 第2・3週など	旭ヶ丘グラウンド・晴丘グラウンド
③	Jr.バレーボール	小学4～6年生	10:00～12:00	土曜日 第2・4週	白鳳小学校体育館
④	Jr.陸上	年長児～6年生	9:30～11:30 (7・8・9月は9:00～10:00頃)	土曜日 第1・3・5週など	平子町仮設広場 ※雨天は中止
⑤	※Jr.ストリートダンス	小学2～6年生	14:15～15:30	土曜日 第2・4週など	旭ヶ丘ふれあい会館・定員枠あり
⑥	ショートテニス	3歳児以上	13:00～15:00	日曜日 第3週	西中学校体育館
⑦	バドミントン	小学生以上	19:00～21:00	火曜日 第1・3・5週など	
⑧	ビーチボール	小学生以上		木曜日 第1・3週	旭小学校体育館
⑨	筋トレ&ダイエットフィットネス	小学生以上	10:00～12:00	土曜日 第1・3週など	名古屋産業大学トレーニングセンター
⑩	空手	年長児以上	10:00～11:30	土曜日 第2週・4週など	旭丘公民館
⑪	やさしいエアロ	65歳未満	9:30～10:15	金曜日 第1週など	渋川福祉センター運動室・ (スカイワードあさひふれあいホール) ※ビジターの方は必ず10分前にご来場下さい。 ※健康ヨガ/持ち物/マット・青竹
⑫	健康ヨガ	65歳以上	10:30～11:15		
⑬	健康体操	65歳以上	9:30～10:15	金曜日 第3週など	東部市民センターコミュニティホール・ (スカイワードあさひふれあいホール) ※ビジターの方は必ず10分前にご来場下さい。 ※やさしいヨガ/持ち物/マット・青竹
⑭	やさしいヨガ	65歳未満	10:30～11:15		
⑮	卓球	フリー	15:00～16:30	木曜日第2・4週	総合体育館卓球室・持ち物(卓球ラケット)
⑯	ゴルフ	フリー	初級10:00～11:30	月曜日 中期・後期	ウッドフレンズ森林公園ゴルフ練習場
				金曜日 中期・後期	
			中級13:30～15:00	上に同じ	
⑰	ボウリング		13:00～15:00	水曜日 第1・3週など	東名ボール
			9:30～11:30	日曜日 第2・4週など	

※⑤Jr.ストリートダンスは事前申込・定員枠あり