中央区地域スポーツクラブ大江戸月島　2017.4月から週間プログラム

2017.3.1現在

月

火

10:10～12:00
ウクレレ教室
勝どき区民館　1号館

10:15～11:30
貯筋体操
60歳以上の方
月島社会教育会館

9:10～10:10
マイヨガ体操

月島社会教育会館

16:30～17:30/18:30～19:30
フラッグフットボール
対象：幼児（年中以上）～小学生
頻度：月3回
月島第三小学校　校庭

18:00～19:00
エンジョイ体操
月島第一小学校　視聴覚室

水

フットサル選手が教える
15:00～15:45
フットサルスクール
（年少～年長）
明石小学校　校庭

16:00～16:50
フットサルスクール
（小学生）
明石小学校　校庭

17:00～18:00
もっと上手くなるフットサル
小学生経験者
明石小学校　校庭

やわら護身術
18:30～19:30
未就学児～小学生
19:30～20:30
中学生以上

木

*以下は年少以上対象
（事前申し込み制）

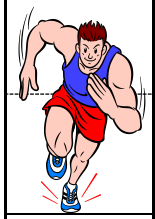
16:00～16:50
体操（3～6歳）
月島第一小学校　視聴覚室

17:00～17:50
体操（3～6歳）
月島第一小学校　視聴覚室

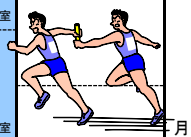
16:00～17:00
かけっこ教室
小学1年～6年
明石小学校
*定員制事前申込

18:30～20:00
やわら護身術（合気道）
未就学児～大人
晴海中学　武道場

金



16:00～17:00
かけっこ教室
小学1年～6年
月島第一小学校校庭
*定員制事前申込



18:30～20:00
スイミングスクール
（中学生以上）
月島第三小学校
プール

土

10:00～10:50
小学生チアダンス
（小学生）
月島第一小学校　視聴覚室

11:00～11:50
チアダンス
（未就学児）
月島第一小学校　視聴覚室

12:30～13:30
毎月第1・3週
カヤック
月島第三小学校　プール

14:00～16:00
競泳部/いけいけ水泳塾
（いけいけ水泳塾は
事前申込制）
月島第三小学校　プール

17:00～18:30
毎月第1.3週
ファミリーテニス
月島第三小学校　校庭

18:45～20:15
毎月第1.3週
テニス
月島第三小学校又は
中央小学校　校庭

9:30～10:05
フットサル/サッカー
（年少児クラス）
月島第一小学校　校庭

10:10～11:10
フットサル/サッカー
（年中～年長）
月島第一小学校　校庭

11:20～12:20
フットサル/サッカー
（小学生1.2年生）
月島第一小学校　校庭

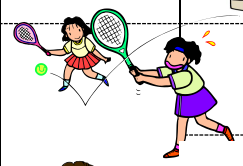
12:30～13:30
フットサル/サッカー
（小学3年生以上）
月島第一小学校　校庭

13:30～16:00
フラワーアレンジメント
偶数月第一土曜日開催
月島第一小学校

13:30～14:30
ハワイアンフラ
（隔週開催　小学生）

14:30～15:30
ハワイアンフラ
（隔週　13歳以上）

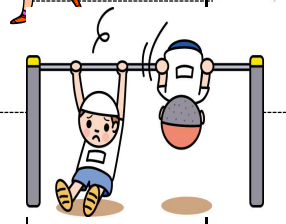
月島第一小学校　視聴覚室



13:30～14:00
親子野球教室
（年少）
月島第一小学校　校庭

14:00～14:50
未就学児野球教室（初心者）
（年中～年長）
月島第一小学校　校庭

15:00～15:50
元プロ野球選手が教える
野球教室
（年長～小学3年生）
月島第一小学校　校庭



日

9:15～10:00
年少体操（3～4歳）
月島第一小学校　視聴覚室

10:10～11:05
年中体操
月島第一小学校　視聴覚室

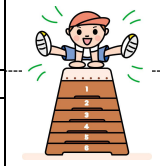
11:15～12:15
年長体操
月島第一小学校　視聴覚室

12:25～13:25
小学生体操
月島第一小学校　視聴覚室

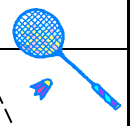
14:00-15:10
スペシャル教室
受付中
月島第一小学校　体育館

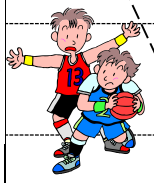
15:15～16:20
東京サンレーヴス
バスケットクリニック
（小学生以上）
技術向上教室
月島第一小学校　体育館

4/9.23　5/14.21…パス＆シュート
6/4.11.18.25…ドリブル＆シュート
7/2.9.16.23 …ディフェンス
7/30　8/6.20.27…オフェンス
9/3.10.17.24…トータル練習



13:00～16:00
家族でからだを動かそう
第1・3週　キッズテニス
13:00～14:00
年中～小学生（初心者）
14:30～16:00
小学生（経験者）
第2・4週　バドミントン開放
13:00～16:00





プログラム参加費

プログラム名	定員	金額
エンジョイ体操	15	2,000円/月
小学生チアダンス	20	1050円/回
未就学児チアダンス	20	
フラワーアレンジメント	10	1,500円/材料費
ハワイアンフラ（小学生）		500円/回
ハワイアンフラ（初心者）		1,000円/回
児童体操	12	4,000円/月
	12	
	12	950円/回
	15	1回850円
	15	
	15	
年少フットサル	15	700円/回
年中～年長	15	850円/回
小学生	20	
稲葉洸太郎	20	4320円/月
フットサル教室	20	
東京サンレーヴスバスケットボール	15	900円/回
年少野球	15	800円/回
未就学児・小学生野球	15	1000円/回
やわら護身術		1200円/回
スペシャル教室（体操）		4000円/4回
為末大学　かけっこ	40	6,480円/月
フラッグフットボール		3800円/月
ファミリーテニス		500円/回
テニス		500円/回
カヤック		500円/回
競泳部		大人800円 子供500円/回
初心者いけいけ水泳塾		600円/回
いけいけ水泳塾		600円/回
スイミングスクール（中学以上）	20	800円/回
バドミントン開放		大人300円 子供200円/回
キッズテニス（幼児・初心者）		500円/回
キッズテニス（経験者）		500円/回
ウクレレ教室（初心者）		2,000円/回
マイ・ヨガ体操	10	
おもてなし大清掃		

スペシャルプログラム（申し込み受付中）
体育が苦手な子集まれ（小学生）
4月…マット運動（4/9.16.23.30）
6月…跳び箱（6/11.18.25　7/2）
7月…なわとび（7/9.16.23.30）
5月は後日発表

*施設及び講師の都合により変更、及び新プログラムを追加することがありますのでホームページからもご確認ください。http://chuo-sports.com