

# 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

2017.3.25改定版

	月	火	水	木	金	土	日
9:00						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	9:15~10:00 年少体操(3~4歳) 月島第一小学校 視聴覚室
10:00		10:10~12:00 ウクレレ教室 勝どき区民館 1号館			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	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	10:10~11:05 年中体操 月島第一小学校 視聴覚室
11:00		10:15~11:30 貯筋体操 60歳以上の方 月島社会教育会館			11:00~11:50 チアダンス (未就学児) 月島第一小学校 視聴覚室	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	11:15~12:15 年長体操 月島第一小学校 視聴覚室
12:00		9:10~10:10 マイヨガ体操 (開催予定) 月島社会教育会館			12:30~13:30 毎月1・3週 カヤック 月島第三小学校 プール	12:25~13:25 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	12:25~13:25 小学生体操 月島第一小学校 視聴覚室
13:00						13:30~14:00 親子野球教室 (年少) 月島第一小学校 校庭	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)
14:00					14:00~16:00 競泳部/いけいけ水泳塾 (いけいけ水泳塾は 事前申込み制) 月島第三小学校 プール	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 校庭	14:10~15:10 スペシャル教室 メールにて受付中 月島第一小学校 体育館
15:00	4月19日・26日 体験会開催					13:30~14:30 ハワイアンフラ (隔週開催 小学生) 月島第一小学校 校庭	15:20~16:20 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
16:00						14:30~15:30 ハワイアンフラ (隔週 13歳以上) 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 (野球経験年長~小学3年生) 月島第一小学校 校庭
17:00							15:00~16:00 ファミリーテニス 中央小学校 校庭
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

4月19日・26日  
体験会開催



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

16:30~17:30/18:30~19:30  
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

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

エンジョイ体操  
月島第一小学校 視聴覚室

18:00~19:00  
エンジョイ体操  
月島第一小学校 視聴覚室

4月6日 13日  
体験会開催  
参加希望者は、直接  
会場にお越しください

18:30~19:30  
未就学児~小学生

19:30~20:30  
中学生以上

合気道は毎週木曜日開催

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

\*以下は年少以上対象  
(事前申し込み制)

16:00~16:50  
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

17:00~17:50  
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  
スイミングスクール  
(中学生以上)  
月島第三小学校  
プール

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

17:15~18:45  
毎月第1.3週

ファミリーテニス  
中央小学校 校庭

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

19:00~20:30  
毎月第1.3週

テニス  
中央小学校 校庭

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

バスケットクリニック内容

- 4/16.23 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
- \*開催日については変更になることもあります。  
事前にホームページをご確認ください

\*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ご確認ください。http://chuo-sports.com