











中央区地域スポーツクラブ 大江戸月島 2018.4月から週間プログラム

2018.4.1現在

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
10:00		10:30~12:00 ウクレレ教室 月島社会教育会館				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 月島第一小学校 多目的室
11:00		10:00~11:00 貯筋体操 (60歳以上の方) 月島社会教育会館				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 多目的室
12:00		9:30~10:30 やさしいヨガ 10:45~11:45 筋膜ストレッチ アートはるみ				11:00~11:50 チアダンス (未就学児) 月島第一小学校 多目的室	11:15~12:15 年長体操 月島第一小学校 多目的室
13:00						12:30~13:30 カヤック 毎月第1・3週 月島第三小学校 プール	12:25~13:25 小学生体操 月島第一小学校 多目的室
14:00						13:30~15:00 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 理科室	13:30~14:00 親子野球教室 (年少) 月島第一小学校 校庭
15:00	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 月島第三小学校 校庭		15:00~15:45 フットサルスクール (年少~年長) 明石小学校 校庭	*事前申込 16:00~17:00 かけっこ教室 (小学1年~6年) 明石小学校		13:00~17:00 いけいけ水泳塾 A.B.Cクラス (事前申し込み) 月島第三小学校 プール	14:10~15:10 スペシャル教室 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 14:30~18:00
16:00	新プログラム 16:30~17:15 キッズダンス (年少~年長) 月島第一小学校 多目的室	16:00~16:50 サッカースクール (小学1~2年生) 月島第一小学校 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	16:00~16:50 体操 (年少~年長) 月島第一小学校 多目的室	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	15:00~15:50 競泳部 月島第三小学校 プール	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
17:00	17:30~18:30 小学生ダンス (小学生) 月島第一小学校 多目的室	16:50~17:50 レベルアップサッカー (小学生3~6年生) 月島第一小学校 校庭	17:00~18:00 フットサルクリニック (小学生経験者) 明石小学校 校庭	16:00~16:50 幼児サッカー (幼稚園年少~年長) 月島第一小学校 校庭	16:50~17:50 エンジョイサッカー (小学1~6年生) 月島第一小学校 校庭	14:30~16:30 ハワイアンフラ (隔週 13歳以上) 月島第一小学校 多目的室	15:00~15:50 野球教室 (年長~小学3年生) 月島第一小学校 校庭
18:00	18:00~19:00 エンジョイ体操 月島第一小学校 多目的室	18:00~19:00 エンジョイ体操 月島第一小学校 多目的室		17:00~17:50 体操 (年少~年長) 月島第一小学校 多目的室		15:15~16:45 大人のフットサル 高校生以上 月島第一小学校 校庭	15:15~16:20 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
19:00	19:00~20:00 大人のジャズダンス (中学生以上) 月島第一小学校 多目的室			18:00~18:50 体操 (年少~年長) 月島第一小学校 多目的室	18:30~19:30 やわら護身術(合気道) (未就学児~小学生) 晴海中学 武道場	17:15~18:45 ファミリーテニス 毎月第1.3週 月島第三小学校 校庭	16:30~18:00 スペシャル教室 ・体操教室 ・プロコーチが教える バスケットクリニック ・各種特別なコーチが 教えるクリニックを予定 詳しくはホームページ にて告知します。
20:00					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 テニス 月島第三小学校又は 中央小学校 校庭	
21:00							

\*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