


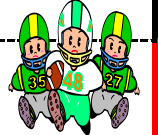







中央区地域スポーツクラブ大江戸月島

週間プログラム

2019/2現在

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							9:15~10:00 年少体操 月島第一小学校 多目的室
10:00		10:00~11:30 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	10:10~11:05 年中体操 月島第一小学校 多目的室
11:00		10:00~11:00 貯筋運動火曜日 (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	11:15~12:15 年長体操 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				11:20~12:20 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	12:25~13:25 小学生体操 月島第一小学校 多目的室
13:00						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	13:30~14:00 親子野球教室 (年少) 月島第一小学校 校庭
14:00					13:30~14:30 貯筋運動金曜日 (60歳以上の方) 勝どき区民館	12:15~17:00 スイミングスクール 年少~小学生クラス (事前申し込み) 月島第一小学校 校庭	14:10~15:10 スペシャル教室 年中~小学生(初心者) 14:30~16:00 小学生(経験者)
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		16:00~17:00 かけっこ教室 (小学1年~6年) 明石小学校	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	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
16:00	16:10~17:00 キッズダンス (年少~年長) 月島第一小学校 校庭	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	16:30~17:15 キッズ空手 (年少~年長) 月島第一小学校 多目的室	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	14:30~16:30 ハイアンプラ (毎月第2,4週 13歳以上) 月島第一小学校 多目的室	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	17:10~18:00 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	17:00~17:50 体操 (年少~年長) 月島第一小学校 多目的室	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	15:00~15:50 野球教室 (年長~小学3年生) 元プロ野球選手が教える 月島第一小学校 校庭	15:00~15:50 野球教室 (年長~小学3年生) 元プロ野球選手が教える 月島第一小学校 校庭
18:00		18:00~19:00 エンジョイ体操 (60歳以上の方) 月島第一小学校 多目的室	17:30~18:30 小学生空手 (小学生) 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		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	17:15~18:45 ほぼ毎週 ファミリーテニス 中央小学校 校庭
19:00				18:30~19:30 やわらばら身術(合気道) (未就学児~小学生) 晴海中学 武道場	18:30~20:00 スイミングスクール 中学生以上クラス 月島第三小学校 プール	17:15~18:45 ほぼ毎週 ファミリーテニス 中央小学校 校庭	18:30~19:30 やわらばら身術(合気道) (未就学児~小学生) 晴海中学 武道場
20:00						19:00~20:30 ほぼ毎週 テニス 中央小学校 校庭	
21:00							19:00~20:30 ほぼ毎週 テニス 中央小学校 校庭



詳しくはホームページ
13:30~15:30
年回12回開催
校庭開放事業
~すぼぐら~
月島第一小学校校庭

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
13:00~17:45

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。

*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>

