



このQRコードから能登川総合スポーツクラブのホームページをご覧ください



NPO法人 能登川総合スポーツクラブ教室日程 令和4年9月の予定

まだまだ残暑厳しい日が続きます。夏の疲れは残っていませんか？季節の変わり目です。引続き感染症対策はもちろんです、体調を崩されないようスポーツをお楽しみください。



* 《一般教室》

場所【能登川アリーナ】	参加費(会員 無料・非会員 500円)			
教室名	日	曜日	時間	その他
バドミントン	2	金	10:00~12:00	※ご注意 20日(火) 休館日 21日(水) 休館日 23日(金) 祝日 27日(火) 休館日 で、お休みです
	6	火	20:00~22:00	
	7	水	10:00~12:00	
	9	金	10:00~12:00	
	13	火	20:00~22:00	
	14	水	10:00~12:00	
	16	金	10:00~12:00	
	28	水	10:00~12:00	
30	金	10:00~12:00		
バドミントン シニアクラス	2	金	13:00~15:00	※ご注意 23日(金) 祝日 で、お休みです
	9			
	16			
バドミントン初心者クラス 『ブルースカイ』	7	水	20:00~22:00	※ご注意 21日(水) 休館日 で、お休みです
	14			
ピンポン	1	木	13:00~16:00	※ご注意 21日(水) 休館日 23日(金) 祝日 で、お休みです
	2	金	13:00~16:00	
	7	水	20:00~22:00	
	8	木	13:00~16:00	
	9	金	13:00~16:00	
	14	水	20:00~22:00	
	15	木	13:00~16:00	
	16	金	13:00~16:00	
	22	木	13:00~16:00	
	28	水	20:00~22:00	
	29	木	13:00~16:00	
	30	金	13:00~16:00	

* 《特別教室》

- ◇ 姿勢改善&筋力UP運動教室 2日・9日・16日(金)
13:00~14:00 場所【能登川アリーナ 多目的室】
- ◇ スクエアステップ教室 8日・22日(木) 10:00~11:30
場所【能登川アリーナ 多目的室】
- ◇ バドミントン(キッズクラス) 9日・16日(金) 16:00~17:00 場所【能登川アリーナ】

場所【能登川アリーナ】	参加費(会員 無料・非会員 500円)			
教室名	日	曜日	時間	その他
ビーチボール	1	木	10:00~12:00	※ご注意 20日(火) 休館日 23日(金) 祝日 27日(火) 休館日 で、お休みです
	2	金	20:00~22:00	
	6	火	10:00~12:00	
	8	木	10:00~12:00	
	9	金	20:00~22:00	
	13	火	10:00~12:00	
	15	木	10:00~12:00	
	16	金	20:00~22:00	
	22	木	10:00~12:00	
	29	木	10:00~12:00	
スボレック	1	木	10:00~12:00	※ご注意 20日(火) 休館日 27日(火) 休館日 で、お休みです
	6	火		
	8	木		
	13	火		
	15	木		
ネットでポンポイ	6	火	10:00~12:00	20日・27日(火) 休館日 で、お休みです
	13	火	10:00~12:00	
バスケットボール	7	水	20:00~22:00	※ご注意 21日(水) 休館日 で、お休みです
	14			
28	水	20:00~22:00		

場所【能登川グラウンド】				
陸上(小学生)	3 10 17	土	9:30~11:30	雨天など天候不順で グラウンドの状態が 悪い場合はお休みです

場所【能登川アリーナ 多目的室】	月2回(月謝制)(会員 2,500円・非会員 3,500円)			
フラダンス	3 6 13 17	土 火 火 土	17:00~18:00 13:30~14:30 13:30~14:30 17:00~18:00	

場所【能登川アリーナ 多目的室】	参加費(会員 500円・非会員 700円)			
リフレッシュヨガ	6 13	火	11:00~12:00	20日・27日(火) 休館日 で、お休みです

場所【ふれあい運動公園グラウンドゴルフ場】				
グラウンドゴルフ	毎週	火~日	9:00~16:00	ふれあい運動公園ゴルフ場 - 参照して下さい