



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
覧いただけます



NPO法人 能登川総合スポーツクラブ教室日程 令和6年5月の予定



風薫る5月。スポーツを楽しむ絶好の季節になりました。感染症予防に心掛け、病気に負けない健康な身体づくりに努めていきましょう。スポーツクラブは皆さまの体力づくりのお手伝いをさせていただきます。

* 《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	14	火	20:00~22:00	※ご注意
	15	水	10:00~12:00	1日(水) 休館日
	17	金	10:00~12:00	3日(金) 祝日
	21	火	20:00~22:00	7日(火) 休館日
	22	水	10:00~12:00	8日(水) 休館日
	24	金	10:00~12:00	10日(金) 休館日
	28	火	20:00~22:00	で、お休みです
	29	水	10:00~12:00	
	31	金	10:00~12:00	
	バドミントン シニアクラス	17		
24		金	13:00~15:00	10日(金) 休館日
31				で、お休みです
バドミントン初心者クラス 『ブルースカイ』	15			1日(水) 休館日
	22	水	20:00~22:00	8日(水) 休館日
	29			でお休みです
ピンポン	2	木	13:00~16:00	※ご注意
	15	水	20:00~22:00	1日(水) 休館日
	16	木		使用不可
	17	金	13:00~16:00	8日(水) 休館日
	22	水	20:00~22:00	9日(木) 休館日
	23	木	13:00~16:00	10日(金) 休館日
	24	金	13:00~16:00	16日(木) 使用不可
	29	水	20:00~22:00	で、お休みです
	30	木	13:00~16:00	
	31	金	13:00~16:00	

* 《特別教室》

場所【能登川アリーナ 多目的室】

◇ 姿勢改善&筋力UP運動教室	17日・24日(金) 13:00~14:00
◇ スクエアステップ教室	23日・30日(木) 10:00~11:30

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	14			7日(火) 休館日
	21	火	11:00~12:00	
	28			でお休みです

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	2	木	10:00~12:00	※ご注意
	14	火	10:00~12:00	3日(金) 祝日
	16	木		使用不可
	17	金	20:00~22:00	7日(火) 休館日
	21	火	10:00~12:00	9日(木) 休館日
	22	水	10:00~12:00	10日(金) 祝日
	23	木	10:00~12:00	16日(木) 使用不可
	24	金	20:00~22:00	で、お休みです
	28	火	10:00~12:00	
	30	木	10:00~12:00	
	31	金	20:00~22:00	
スポレック	2	木	10:00~12:00	※ご注意
	14	火	10:00~12:00	7日(火) 休館日
	16	木		使用不可
	21	火		9日(木) 休館日
	23	木	10:00~12:00	16日(木) 使用不可
	28	火		で、お休みです
	30	木		
ネットでポンпой	14			7日(火) 休館日
	21	火	10:00~12:00	で、お休みです
	28			
バスケットボール	15			1日(水) 休館日
	22	水	20:00~22:00	8日(水) 休館日
	29			でお休みです

場所【能登川グラウンド】

陸上(小学生)	11			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
	18	土	9:30~11:30	
	25			

場所【能登川アリーナ 多目的室】 月2回(月謝制)(会員 3,000円)

フラダンス	4	土	17:00~18:00	
	11	土	17:00~18:00	
	21	火	13:30~14:30	
	28	火	13:30~14:30	

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	ふれあい運動公園加納グ- 参照して下さい
----------	----	-----	------------	-------------------------