



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8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 800円）

教室名	日	曜日	時間	その他
バドミントン	1	金	10:00~12:00	※ご注意
	15	金	10:00~12:00	5日(火) 祝日
	19	火	20:00~22:00	6日(水) 振替休日
	20	水	10:00~12:00	8日(金) 休館日
	22	金	10:00~12:00	12日(火) 休館日
	26	火	20:00~22:00	13日(水) 休館日
	27	水	10:00~12:00	で、お休みです
	29	金	10:00~12:00	
バドミントン シニアクラス	1			※ご注意
	15	金	13:00~16:00	8日(金) 休館日
	22			で、お休みです
	29			
バドミントン初心者クラス 『ブルースカイ』	20	水	20:00~22:00	※6日(水) 振替休日 13日(水) 休館日 お休み
ピンポン (木) 桶ツ卓球あり	1	金	13:00~16:00	※ご注意
	15	金	13:00~16:00	6日(水) 振替休日
	20	水	20:00~22:00	7日(木) 休館日
	21	木	13:00~16:00	8日(金) 休館日
	22	金	13:00~16:00	13日(水) 休館日
	27	水	20:00~22:00	14日(木) 休館日
	28	木	13:00~16:00	で、お休みです
	29	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	22日・29日(金)	13:00~14:00
◇スクエアステップ教室(6回J-L)	21日・28日(木)	10:00~11:30
◇スクエアステップ教室(11回J-L)	21日・28日(木)	10:00~11:30

21日はアリーナB面に場所が変わります

場所【能登川アリーナ 多目的室】 参加費（会員 500円・非会員 800円）

リフレッシュヨガ	19 26	火	11:00~12:00	5日祝日・12日休館日 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 800円）

教室名	日	曜日	時間	その他
ビーチボール	1	金	20:00~22:00	※ご注意
	15	金	20:00~22:00	5日(火) 祝日
	19	火	10:00~12:00	7日(木) 休館日
	21	木	10:00~12:00	8日(金) 休館日
	22	金	20:00~22:00	12日(火) 休館日
	26	火	10:00~12:00	14日(木) 休館日
	28	木	10:00~12:00	で、お休みです
	29	金	20:00~22:00	
スポレック	19	火		※5日(火) 祝日
	21	木	10:00~12:00	7日(木) 休館日
	26	火		12日(火) 休館日
	28	木		14日(木) 休館日 お休み
バスケットボール	20	水	20:00~22:00	※6日(水) 振替休日
	27	水	20:00~22:00	13日(水) 休館日 お休み

場所【能登川グラウンド】

陸上(小学生)	9 16	土	9:30~11:30	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 3,000円)

フラダンス	2	土	16:30~17:30	
	5	火	14:30~15:30	
	16	土	16:30~17:30	
	26	火	14:30~15:30	

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ッダ - 参照して下さい
----------	----	-----	------------	--------------------------