



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6年4月の予定



新年度がスタートし、新しい生活をはじめられた方も多いことでしょう。春本番！！心身ともにリフレッシュ。スポーツで汗を流しませんか？令和6年度の会員を募集中♪クラブ事務所で手続きを行っています。お気軽にクラブ事務所へお越しください。引続き感染症予防をお願いします。

* 《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	2	火	20:00~22:00	※ご注意 30日(火) 休館日 で、お休みです
	3	水	10:00~12:00	
	5	金	10:00~12:00	
	9	火	20:00~22:00	
	10	水	10:00~12:00	
	12	金	10:00~12:00	
	16	火	20:00~22:00	
	17	水	10:00~12:00	
	19	金	10:00~12:00	
	23	火	20:00~22:00	
	24	水	10:00~12:00	
26	金	10:00~12:00		
バドミントン シニアクラス	5	金	13:00~15:00	
	12			
	19			
	26			
バドミントン初心者クラス 『ブルースカイ』	3	水	20:00~22:00	
	10			
	17			
	24			
ピンポン	3	水	20:00~22:00	
	4	木	13:00~16:00	
	5	金	13:00~16:00	
	10	水	20:00~22:00	
	11	木	13:00~16:00	
	12	金	13:00~16:00	
	17	水	20:00~22:00	
	18	木	13:00~16:00	
	19	金	13:00~16:00	
	24	水	20:00~22:00	
	25	木	13:00~16:00	
26	金	13:00~16:00		

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	火	10:00~12:00	※ご注意 30日(火) 休館日 で、お休みです
	4	木	10:00~12:00	
	5	金	20:00~22:00	
	9	火	10:00~12:00	
	11	木	10:00~12:00	
	12	金	20:00~22:00	
	16	火	10:00~12:00	
	18	木	10:00~12:00	
	19	金	20:00~22:00	
	23	火	10:00~12:00	
	25	木	10:00~12:00	
26	金	20:00~22:00		
スポレック	2	火	10:00~12:00	※ご注意 30日(火) 休館日 で、お休みです
	4	木		
	9	火		
	11	木		
	16	火		
	18	木		
ネットでポンпой	2	火	10:00~12:00	※ご注意 30日(火) 休館日 で、お休みです
	9			
	16			
バスケットボール	23	水	20:00~22:00	
	3			
	10			
	17			

場所【能登川グラウンド】	参加費（会員 無料・非会員 500円）			
陸上（小学生）	6 13	土	9:30~11:30	グラウンドの状態が悪い場合はお休みです

* 《特別教室》

◇ぐるっと春のきぬがさ10kmウォーク 10日(水) 9:00出発 集合場所【猪子山公園】

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）			
◇姿勢改善&筋力UP運動教室	12日・19日・26日(金) 13:00~14:00			
◇スクエアステップ教室	11日・25日(木) 10:00~11:30			
場所 火曜・金曜【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	2 9 16 23	火	11:00~12:00	※ご注意 30日(火) 休館日 で、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	6	土	17:00~18:00	
	9	火	13:30~14:30	
	20	土	17:00~18:00	
	23	火	13:30~14:30	
場所【ふれあい運動公園グラウンドゴルフ場】	参加費（会員 無料・非会員 500円）			
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