

# 令和4年度 第3期(10~12月) スポーツレクリエーション教室 日程表

## 午前教室

<火曜日>

ストレッチ体操	
10:00~11:30	
柔道場	
1	10月4日
2	10月18日
3	10月25日
4	11月1日
5	11月8日
6	11月15日
7	11月22日
8	11月29日
9	12月6日
10	12月13日
11	12月20日

<水曜日>

ハワイアンフラ	
10:00~11:00	
柔道場	
1	10月5日
2	10月19日
3	10月26日
4	11月2日
5	11月9日
6	11月16日
7	11月30日
8	12月7日
9	12月14日
10	12月21日

<木曜日>

えひめ愛ヨガ	
10:00~11:30	
柔道場	
1	10月6日
2	10月20日
3	10月27日
4	11月10日
5	11月17日
6	11月24日
7	12月1日
8	12月8日
9	12月15日
10	12月22日

<金曜日>

レクリエーションバレーボール	
10:00~12:00	
主道場	
1	10月7日
2	10月28日
3	11月18日
4	11月25日
5	12月9日
6	12月23日

## 午後教室

<水曜日>

太極拳	
13:00~14:30	
副道場	
1	10月5日
2	10月19日
3	10月26日
4	11月2日
5	11月9日
6	11月16日
7	11月30日
8	12月7日
9	12月14日
10	12月21日
11	12月28日

<水曜日>

卓球	
13:30~15:30	
主道場	
1	10月26日
2	11月2日
3	11月9日
4	11月16日
5	11月30日
6	12月7日
7	12月21日

<木曜日>

ダブル&バドミントン	
13:30~15:00	
柔道場	
1	10月6日
2	10月20日
3	10月27日
4	11月10日
5	11月17日
6	11月24日
7	12月1日
8	12月8日
9	12月15日
10	12月22日

## 夜間教室

<火曜日>

パンチ&キックエクササイズ	
19:30~20:30	
主道場	
1	10月4日
2	10月18日
3	10月25日
4	11月1日
5	11月8日
6	11月15日
7	11月22日
8	11月29日
9	12月6日
10	12月13日
11	12月20日
12	12月27日

<水曜日>

リフレッシュヨガ	
19:30~21:00	
主道場	
1	10月19日
2	10月26日
3	11月2日
4	11月9日
5	<del>中止</del> 11月16日
6	11月30日
7	12月7日
8	12月21日
9	12月28日

<木曜日>

バドミントン	
19:00~21:00	
主道場	
1	10月6日
2	10月20日
3	10月27日
4	11月10日
5	11月17日
6	11月24日
7	12月8日
8	12月22日



※ 上記日程は変更となる場合がございます。変更になった場合は愛媛県武道館ホームページに掲載いたします。

主催：(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 (愛媛県武道館 指定管理者)

〒790-0948

松山市市坪西町 551 愛媛県武道館

TEL: 089-965-3111

FAX: 089-965-3388

Mail: jigyo@ehimekenbudoukan.or.jp

愛媛県武道館イベント情報を配信中!!



武道館 HP



LINE



twitter



facebook