

《 2025年 3月 しづかわスポーツクラブ教室カレンダー 》

日	月	火	水	木	金	土
						1
						キッズサッカー 9:00~10:00 木暮組スポーツクラブ赤城多目的広場
						小・中学生空手道 13:00~15:00 宮田商会武道館渋川第2武道場
2	3	4	5	6	7	8
	バランスボール 13:30~14:30 中村緑地公園管理棟2階	ボディメンテナンスヨガ 16:00~17:00 宮田商会武道館渋川第1武道場	けいらくピクス 10:30~11:30 宮田商会武道館渋川第1武道場	ノルディックウォーキング ①9:00~10:00 / ②10:00~11:00 子持ふれあい公園	スポーツウエルネス吹矢 10:00~12:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ	小・中学生空手道 13:00~15:00 宮田商会武道館渋川第2武道場
	ZUMBA (ズンバ) 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	親子空手道 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟2階	ミニトランポリン 9:30~10:30 中村緑地公園管理棟2階	軽スポーツ 10:00~11:00 市民体育館	スポーツチャンバラ 15:00~16:00 宮田商会武道館渋川第1武道場
	バドミントン ① 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ			ちびっこ 10:30~11:30 中村緑地公園管理棟2階	スポレック 11:00~12:00 市民体育館	阿波踊り 19:00~20:00 JESCOアリーナ渋川会議室
				コンテンポラリーダンス 13:30~14:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟2階	
				バドミントン ② 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ	トランポリン ①17:30~18:30 / ②18:30~19:30 小野上体育館	
9	10	11	12	13	14	15
	太極拳 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第2武道場	親子運動あそび 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	青竹&パワーエクササイズ 10:30~11:30 宮田商会武道館渋川第1武道場	ノルディックウォーキング ①9:00~10:00 / ②10:00~11:00 子持ふれあい公園	スポーツウエルネス吹矢 10:00~12:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 木暮組スポーツクラブ赤城多目的広場
	ZUMBA (ズンバ) 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場		健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟2階	ちびっこ 13:00~14:00 中村緑地公園管理棟2階	軽スポーツ 10:00~11:00 市民体育館	小・中学生空手道 13:00~15:00 宮田商会武道館渋川第2武道場
	キッズHIPHOP 17:00~18:00 JESCOアリーナ渋川会議室			ステップエアロ 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	スポレック 11:00~12:00 市民体育館	トランポリン ①13:30~14:30 / ②14:30~15:30 ③15:30~16:30 / 小野上体育館
	バドミントン ① 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ			バドミントン ② 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ	ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟2階	
				さいかつボール 19:30~21:30 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ		
16	17	18	19	20	21	22
	太極拳 10:00~11:00 宮田商会武道館渋川第2武道場	親子空手道 16:30~17:30 宮田商会武道館渋川第2武道場	chiボールdeボディケア 10:30~11:30 宮田商会武道館渋川第1武道場		スポーツウエルネス吹矢 10:00~12:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ	キッズサッカー 9:00~10:00 木暮組スポーツクラブ赤城多目的広場
	ZUMBA (ズンバ) 15:30~16:30 宮田商会武道館渋川第2武道場		健康貯筋運動 15:30~16:30 中村緑地公園管理棟2階		軽スポーツ 10:00~11:00 市民体育館	小・中学生空手道 13:00~15:00 宮田商会武道館渋川第2武道場
	キッズHIPHOP 17:00~18:00 JESCOアリーナ渋川会議室				スポレック 11:00~12:00 市民体育館	スポーツチャンバラ 15:00~16:00 宮田商会武道館渋川第1武道場
	バドミントン ① 19:00~21:00 JESCOアリーナ渋川サブアリーナ				ダンベル健康体操 13:00~15:00 中村緑地公園管理棟2階	阿波踊り 19:00~20:00 JESCOアリーナ渋川会議室
23	24	25	26	27	28	29
30	31					