

令和5年度 総合型地域スポーツクラブ 阪南AC 5月活動スケジュール

<会員活動：ショートテニス、ソフトバレーボール、卓球>

活動種目	曜日	時間	活動場所	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	参加対象
会員活動	月曜日	13:00~15:00	総合体育館大体育室	5月1日	5月8日	5月15日	5月22日	5月29日	成人男女
脳トレ麻雀	火曜日	9:00~16:00	クラブハウス	5月2日	5月9日	5月16日	5月23日	5月30日	クラブ会員
会員活動	土曜日	15:00~17:00	総合体育館大体育室	5月6日		5月20日	5月27日		成人男女

<成人の教室：太極拳教室（簡化24式太極拳・剣・功夫扇・総合）、健康体力づくり教室>

活動種目	曜日	時間	活動場所	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	参加対象
健康体力づくり教室	水曜日	10:00~11:30	地域交流館体育施設		5月10日		5月24日	5月31日	成人男女
太極拳教室	土曜日	13:00~16:30	尾崎公民館 多目的室		5月13日	5月20日	5月27日		成人男女

<こどもの教室：こどもチャレンジ教室、リトルスポーツ教室>

活動種目	曜日	時間	活動場所	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	参加対象
こどもチャレンジ教室	水曜日	15:30~16:30	総合体育館大体育室B面		5月10日	5月17日	5月24日	5月31日	4歳児から小学3年生
リトルスポーツ教室	土曜日	9:00~10:00	総合体育館大体育室A面	5/14 日曜	5/21 日曜日 小体		5月27日		4歳児から小学6年生

<ヒップホップダンス教室：初級教室、中級A教室、中級B教室、上級教室、パンキング初級教室、パンキング上級教室>

活動種目	曜日	時間	活動場所	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	参加対象
初級教室	土曜日	13:30~15:00	総合体育館大体育室A面			5月20日	5月27日		小学1年生以上
中級A教室	水曜日	17:00~18:30	東鳥取公民館 講堂		5月10日	5月17日	5月24日	5月31日	小学1年生以上の経験者
中級B教室	土曜日	17:00~18:30	東鳥取公民館 講堂		5月13日	5月20日	* 5/27		小学1年生以上の経験者
上級教室	水曜日	18:30~20:30	東鳥取公民館 講堂		5月10日	5月17日	5月24日	5月31日	小学1年生以上の経験者
パンキング初級教室	金曜日	17:00~18:30	東鳥取公民館 講堂		5月12日	5月19日	5月26日		小学1年生以上の経験者
パンキング上級教室	金曜日	19:00~21:00	東鳥取公民館 講堂		5月12日	5月19日	5月26日		小学1年生以上の経験者

中級B：* 5/27 地域交流館体育施設