

しーすぽ 平成29年 10月 優先予約情報 (アリーナ)

		午前				午後				夕方				夜間				
		9:00~12:00				13:00~15:30				15:30~18:30				18:30~21:30				
		A	B	B	C	A	B	B	C	A	B	B	C	A	B	B	C	
1	日												ヘキサスロン Tボール					
2	月							ミズノ ソフトテニス		掛スポ ジュニア トランポリ			掛スポ ソフトテニス	掛スポ バドミントン		掛スポ ラケットテニス		
3	火									掛スポ 体育 キッズ・Jr		掛スポ 多種目 体験教室						
4	水									掛スポ 体育 キッズ・Jr	掛スポ 新体操 キッズ・Jr	ミズノ フットサル	掛スポ 空手			ミズノ フットサル		
5	木											掛スポ キッズ・Jrフットサル	掛スポ					
6	金												ヘキサスロン Tボール					
7	土					掛スポ ジュニアソフトテニス												
8	日																	
9	月							ミズノ ソフトテニス		掛スポ ジュニア トランポリ			掛スポ ソフトテニス	掛スポ バドミントン		掛スポ ラケットテニス		
10	火									掛スポ 体育 キッズ・Jr		掛スポ 多種目 体験教室						
11	水									掛スポ 体育 キッズ・Jr	掛スポ 新体操 キッズ・Jr	ミズノ フットサル	掛スポ 空手			ミズノ フットサル		
12	木									掛スポ ラグビー普及		掛スポ キッズ・Jrフットサル	掛スポ					
13	金												ヘキサスロン Tボール					
14	土	第11回 静岡県U-15/18フットサルリーグ																
15	日	第16回 静岡県ハイシニアバドミントン大会																
16	月							ミズノ ソフトテニス		掛スポ ジュニア トランポリ			掛スポ ソフトテニス	掛スポ バドミントン		掛スポ ラケットテニス		
17	火									掛スポ 体育 キッズ・Jr		掛スポ 多種目 体験教室						
18	水									掛スポ 体育 キッズ・Jr	掛スポ 新体操 キッズ・Jr	ミズノ フットサル	掛スポ 空手			ミズノ フットサル		
19	木											掛スポ キッズ・Jrフットサル	掛スポ					
20	金												ヘキサスロン Tボール					
21	土					掛スポ ジュニアソフトテニス												
22	日	第13回 掛川市南地区対抗バレーボール大会																
23	月	休館日																
24	火									掛スポ 体育 キッズ・Jr		掛スポ 多種目 体験教室						
25	水									掛スポ 体育 キッズ・Jr	掛スポ 新体操 キッズ・Jr	ミズノ フットサル	掛スポ 空手			ミズノ フットサル		
26	木									掛スポ ラグビー普及		掛スポ キッズ・Jrフットサル	掛スポ					
27	金												ヘキサスロン Tボール					
28	土	第47回 オール矢崎体育大会																
29	日	第19回 静岡県西部社会人フットサルリーグ																
30	月							ミズノ ソフトテニス		掛スポ ジュニア トランポリ			掛スポ ソフトテニス	掛スポ バドミントン		掛スポ ラケットテニス		
31	火									掛スポ 体育 キッズ・Jr		掛スポ 多種目 体験教室	ニュースポーツ 体験教室⑦					

しーすぼ 平成29年 10月 優先予約情報

		体力測定室								研修室		会議室	談話室
		午前		午後		夕方		夜間		A(北)	B(南)		
		9:00~12:00		13:00~15:30		15:30~18:30		18:30~21:30					
		A(北・床)	B(南・畳)	A(北・床)	B(南・畳)	A(北・床)	B(南・畳)	A(北・床)	B(南・畳)				
1	日												
2	月	掛スポ フラダンス/トランポピクス		よくばりシェイプ / やさしい ヨガ		掛スポ HIPHOPジュニア①		掛スポ HIPHOPジュニア②/コ レ・エアロ		掛スポ 生涯ヨガ			
3	火	掛スポ ヨガ/ZUMBA		掛スポ ストレッチ&かんたんエアロ		ミズノ ラララサーキット		大東柔道クラブ		掛スポ ZUMBA			
4	水	掛スポ ピラティス/ボクシングエアロ		掛スポ レディース体操		骨盤シェイプ / 卓球		大東柔道クラブ		体幹トレーニング AFAA DISCO			
5	木	掛スポ DACE WITH ME/太極拳		掛スポ ボール&ストレッチボール				掛スポ 体幹育成塾		ノルディックエクササイズ ヨガ&ピラティス			
6	金	掛スポ 体カアップ塾/ストレッチ		掛スポ らくらくヨガ				大東柔道クラブ		セルフマッサージ			
7	土												
8	日												
9	月	掛スポ フラダンス/トランポピクス		よくばりシェイプ / やさしい ヨガ		掛スポ HIPHOPジュニア①		掛スポ HIPHOPジュニア②/コ レ・エアロ		掛スポ 生涯ヨガ			
10	火	掛スポ ヨガ/ZUMBA		掛スポ ストレッチ&かんたんエアロ		ミズノ ラララサーキット		大東柔道クラブ		掛スポ ZUMBA			
11	水	掛スポ ピラティス/ボクシングエアロ		掛スポ レディース体操		骨盤シェイプ / 卓球		大東柔道クラブ		体幹トレーニング AFAA DISCO			
12	木	掛スポ DACE WITH ME/太極拳		掛スポ ボール&ストレッチボール				掛スポ 体幹育成塾		ノルディックエクササイズ ヨガ&ピラティス			
13	金	掛スポ 体カアップ塾/ストレッチ		掛スポ らくらくヨガ				大東柔道クラブ		セルフマッサージ			
14	土									静岡県U- 15/18 フットサルリー ダ			
15	日												
16	月	掛スポ フラダンス/トランポピクス		よくばりシェイプ / やさしい ヨガ		掛スポ HIPHOPジュニア①		掛スポ HIPHOPジュニア②/コ レ・エアロ		掛スポ 生涯ヨガ			
17	火	掛スポ ヨガ/ZUMBA		掛スポ ストレッチ&かんたんエアロ		ミズノ ラララサーキット		大東柔道クラブ		掛スポ ZUMBA			
18	水	掛スポ ピラティス/ボクシングエアロ		掛スポ レディース体操		骨盤シェイプ / 卓球		大東柔道クラブ		体幹トレーニング AFAA DISCO			
19	木	掛スポ DACE WITH ME/太極拳		掛スポ ボール&ストレッチボール				掛スポ 体幹育成塾		ノルディックエクササイズ ヨガ&ピラティス			
20	金	掛スポ 体カアップ塾/ストレッチ		掛スポ らくらくヨガ				大東柔道クラブ		セルフマッサージ			
21	土												
22	日	掛スポ 体カアップ塾/ストレッチ		掛スポ らくらくヨガ				大東柔道クラブ		セルフマッサージ			
23	月	休館日											
24	火	掛スポ ヨガ/ZUMBA		掛スポ ストレッチ&かんたんエアロ		ミズノ ラララサーキット		大東柔道クラブ		掛スポ ZUMBA			
25	水	掛スポ ピラティス/ボクシングエアロ		掛スポ レディース体操		骨盤シェイプ / 卓球		大東柔道クラブ		体幹トレーニング AFAA DISCO			
26	木	掛スポ DACE WITH ME/太極拳		掛スポ ボール&ストレッチボール				掛スポ 体幹育成塾		ノルディックエクササイズ ヨガ&ピラティス			
27	金	掛スポ 体カアップ塾/ストレッチ		掛スポ らくらくヨガ				大東柔道クラブ		セルフマッサージ			
28	土									矢崎体育大会 9:00~18:00			
29	日									フットサル 9:00~21:30			
30	月	掛スポ フラダンス/トランポピクス		よくばりシェイプ / やさしい ヨガ		掛スポ HIPHOPジュニア①		掛スポ HIPHOPジュニア②/コ レ・エアロ		掛スポ 生涯ヨガ			
31	火	掛スポ ヨガ/ZUMBA		掛スポ ストレッチ&かんたんエアロ		ミズノ ラララサーキット		大東柔道クラブ		掛スポ ZUMBA			