



2023
長月

日程表 (広場・スポーツ教室)

Team-yamagata Sports Club

	活動時間	日		月		火		水		木		金		土	
		日	場所	日	場所	日	場所	日	場所	日	場所	日	場所	日	場所
広場	バドミントン	10:30~13:00												2,9,30	総合体アリーナ
	健康スポーツ	13:00~15:00						13,20,27	総合体アリーナ	7	総合体アリーナ				
	ミニテニス	9:30~11:30										8,29	総合体アリーナ		
	楽しいソフトバレー	10:00~12:00					5,12,19,26	総合体アリーナ							
	剣武会	19:00~21:30							6,13,20,27	総合体多目的					
	バスケットボール(YBC)	16:00~18:30												9,30	高富中体
	卓球ランドA	9:30~12:30			4,11,18,25	高富体					7,14,21,28	高富体			
	卓球ランドB	18:00~21:00			4,11,18,25	高富体			6,13,20,27	高富体					
	ライフソフトテニス	火)19:00~21:00 日)19:00~21:30	3,10,24	総合テ			5,12,19,26	総合テ							
スポーツ教室	木曜テニス	19:30~21:30								7,14,21 (予28)	総合テ				
	金曜テニス	10:15~12:00										8,15,22 (予29)	総合テ		
	ソフトバレー	19:00~21:00	3(8月分) 10,24	総合体アリーナ											
	ZUMBA(ズンバ)	20:00~21:00			4,11,25	総合体多目的									
	月曜ヨガ	19:30~21:00			4,11,25	総合体会議室									
	リラックスヨガ	10:30~12:00					5,12,26	総合体多目的							
	火曜ヨガ	19:30~21:00					5,12,19 (予26)	総合体会議室							
	ビューティバランスボール	19:30~20:30								7,14,21 (予28)	総合体多目的				
	バランスボールエクササイズ	19:30~20:30										1,8,15(予22) 29(10月分)	総合体多目的		
	小陸上競技	13:00~15:00												9,16,30	高富中G
	小バレーボール	17:30~19:00							6,13,20 (予27)	総合体アリーナ					
中バドミントン	18:00~20:00					5(8月分) 12,19,26	総合体アリーナ								

2日は
19:00~20:30に
時間変更

15日が雨の時は
総合体に場所変更