



スポールおおやまクラブ

令和7年度 スクール年間日程表

スクール名	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ソフトエアロ&ヨガ 火 9:40~10:00	8 15 22	13 20 27	10 17 24	8 15 22	5 19 26	2 9 16 30	7 14 21	4 11 18	2 9 16	13 20 27	3 10 17	3 10 17
整うヨガ 火 19:30~20:30	8 15 22	13 20 27	10 17 24	8 15 22	5 19 26	2 9 16	7 14 21	4 11 18	2 9 16	13 20 27	3 10 17	3 10 17
いきいきストレッチ体操 ★ 木 14:00~15:00	10 17 24	8 15 22	5 12 19	3 10 24	7 21 28	4 11 18	2 16 23	6 13 20	4 11 18	8 15 22	5 12 19	5 12 19
メンテナンスヨガ 木 19:50~20:50	10 17 24	8 15 22	5 12 19	3 10 24	7 21 28	4 11 18	2 9 16 23	6 13 20	4 11 18	8 15 22	5 12 19	5 12 19
遊悠元気塾 ★ 金 9:40~11:00	11 18 25	9 16 23	6 13 20	4 11 25	1 8 22	5 12 19	3 17 24	7 14 21	5 12 19	9 16 23	6 13 20 27	6 13
やさしいヨガ 金 13:00~14:00	11 18 25	9 16 23	6 13 20	4 11 25	1 8 22	5 12 19	7 10 17 24	7 14 21	5 12 19	9 16 23	6 13 20	6 13 27
トランポックス (金) 金 13:30~14:30	11 18 25	9 16 23	6 13 20	4 11 25	1 8 22	5 12 19	3 17 24	7 14 21	5 12 19	9 16 23	6 13 20 27	6 13
金曜太極拳 金 19:30~21:00	11 18 25	9 16 23	6 13 20	4 11 25	1 8 22	5 12 19	3 17 24	7 14 21	5 12 19	9 16 23	6 13 20	6 13 27
トランポックス (土) 土 9:50~10:50	5 19 26	10 17 24	7 14 21	12 19 26	16 23 30	6 13 27	4 18 25	1 15 22 29	6 13 20	10 17 24	7 14 21	7 14 21
はじめての太極拳 土 13:30~15:00	5 12 19	10 17 24 31	14 28	5 12 19	2 9 23	6 13 20	11 18 25	1 15 29	6 13 20	10 17 24	7 14 21	7 14 21
バランスボールエクササイズ 土 13:40~14:40	5 19 26	10 17 24	14 21 28	12 19 26	16 23 30	6 13 27	11 18 25	1 15 22 29	6 13 20	10 17 24	7 14 21	7 14 21
エアロビクス&ピラティス 土 19:20~20:30	12 19 26	10 17 24	14 21 28	12 19 26	16 23 30	6 13 27	11 18 25	1 15 22 29	6 13 20	10 17 24	14 21 28	7 14 21

年間36回 (受講料: 1,600円/月)

★中・高年 健康づくりスクール

スポーツおおやまクラブ

たのしい

年中
年長

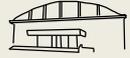
がんばる

小1
小2

キッズ体操



令和7年度 年間日程表



スクール名	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
たのしいキッズ体操 土 9:40~10:20	12	10	7	8	2	6	4	1	6	10	7	7
	19	17	21	12	16	13	11	15	13	17	14	14
	26	31		19	23	20	18	22	20	24	21	21
				26		27						
がんばるキッズ体操 土 10:40~11:40	12	10	7	8	2	6	4	1	6	10	7	7
	19	17	21	12	16	13	11	15	13	17	14	14
	26	31		19	23	20	18	22	20	24	21	21
				26		27						

年間36回（受講料：1,600円/月）