総合型コミュニティスポーツクラブ

いずみわくわく夢クラブ 2024年 4月

夢わく会員様随時募集中!!
夢わく事務局 63-4140
(出水市役所本庁2階
文化スポーツ課内)

月	火	水	木	金	土	日
1 ③スポーツ吹矢	2 ④ラージボール卓球 ⑤アクアビクス&水中ウォーク ⑦エンジョイスポーツ	3 ③スポーツ吹矢 ⑧太極拳 ⑨ヒップホップJr(S)	4 ⑫グラウンド・ゴルフ ⑬健康体操	5 ⑩ストレッチ教室 ⑮バドミントン① ⑯バドミントン②	6 ⑨ヒップホップJr(N) ⑨ヒップホップJr(E)	7 休み
8 ①リフレッシュ教室 ②ホッピングマット ③スポーツ吹矢	9 ④ラージボール卓球 ⑦エンジョイスポーツ ⑪レクダンス	10 ③スポーツ吹矢 ⑨ヒップホップJr(S)	11 ⑥スローエアロビック ⑫グラウンド・ゴルフ	12 ⑭太極柔力球 ⑮バドミントン① ⑯バドミントン②	13 ⑨ヒップホップJr(N) ⑨ヒップホップJr(E)	14 休み
15 休館日 ②ホッピングマット	16 ④ラージボール卓球 ⑤アクアビクス&水中ウォーク ⑦エンジョイスポーツ	17 ③スポーツ吹矢 ⑧太極拳 ⑨ヒップホップJr(S)	18 ⑫グラウンド・ゴルフ 米ノ津運動公園 ⑬健康体操	19 ⑩ストレッチ教室 ⑮バドミントン① ⑯バドミントン②	20 ⑨ヒップホップJr(N) ⑨ヒップホップJr(E)	21 休み
22 ①リフレッシュ教室 ②ホッピングマット ③スポーツ吹矢	23 ④ラージボール卓球 ⑦エンジョイスポーツ ⑪レクダンス	24 ③スポーツ吹矢 ⑨ヒップホップJr(S)	25 ⑥スローエアロビック ⑫グラウンド・ゴルフ	26 ⑭太極柔力球 ⑮バドミントン① ⑯バドミントン② 17：00～19：00 使用可能 19:00～使用できない	27 ⑨ヒップホップJr(N) ⑨ヒップホップJr(E)	28 休み
29 ③スポーツ吹矢	30 ④ラージボール卓球		夢わくの活動を 動画で紹介中♪	Youtube	インスタグラム	

教室名	場所	曜日・時間
①リフレッシュ教室	総合武道館2階	第2,4(月)→14:00～15:30
②ホッピングマット	出水体操クラブ体育館	第1,2,3(月)→18:00～19:00
③スポーツ吹矢	マルマエスポーツセンター出水	月→18:00～20:00　水→13:30～15:30
④ラージボール卓球	マルマエスポーツセンター出水2階	火→ 9:30～11:30
⑤アクアビクス&水中ウォーク	市民プール	第1,3(火)→14:00～15:00
⑥スローエアロビック	総合武道館2階	第2,4(木)→14:00～15:00
⑦エンジョイスポーツ	マルマエスポーツセンター出水	火→17:30～19:00
⑧太極拳	総合武道館2階	第1,3(水)→13:30～15:00
⑨夢わくヒップホップJr	市民交流センター	水→(S)19:30～21:00 土→(N)16:00～17:30 (E)17:45～19:15
⑩ストレッチ教室	高尾野交流センター	第1,3(金)→9:00～10:00
⑪レクリエーションダンス	総合武道館1階	第2,4(火)→14:00～15:00
⑫グラウンド・ゴルフ	多目的広場　(米ノ津運動公園)	木→13:00～15:15
⑬健康体操	きらめきドーム	第1,3(木)→14:00～15:30
⑭太極柔力球	高尾野交流センター	第2,4(金)→13:30～15:30
⑮バドミントン①	マルマエスポーツセンター出水	金→①17:00～19:00
⑯バドミントン②	マルマエスポーツセンター出水	金→②18:00～20:00