

# あそびるスポーツ カレンダー

2023年 10月

| 月            | 火                                      | 水          | 木            | 金            | 土            | 日                          |
|--------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|
|              |  |            |              |              |              | 1<br>休館日                   |
| 2<br>アスレ/マット | 3<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/走   | 4<br>空手練習  | 5<br>アスレ/マット | 6<br>アスレ/マット | 7<br>アスレ/マット | 8<br>休館日                   |
| 9<br>休館日     | 10<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/今池 | 11<br>空手練習 | 12<br>アスレ/跳箱 | 13<br>アスレ/跳箱 | 14<br>アスレ/跳箱 | 15<br>休館日                  |
| 16<br>アスレ/跳箱 | 17<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/走  | 18<br>空手練習 | 19<br>アスレ/鉄棒 | 20<br>アスレ/鉄棒 | 21<br>アスレ/鉄棒 | 22<br>休館日<br>ハロウィン<br>イベント |
| 23<br>アスレ/鉄棒 | 24<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/走  | 25<br>空手練習 | 26<br>アスレ/総合 | 27<br>アスレ/総合 | 28<br>アスレ/総合 | 29<br>休館日                  |
| 30<br>アスレ/休み | 31<br>アスレ空手/休                          |            |              |              |              |                            |

## お知らせ

### ★ Zumbini開催時間変更

- ・10月から時間が変更になります  
**9:30~10:15**

### ★ ハロウィンイベント開催

10/22(日)10:30~

### ● Zumbini開催日(火曜日)

- ・10/3(火)、10(火)、17(火)、24(火)

### ● アスレクラス

- ・アスレ(総合体育)

| 種目     | 日 | 月  | 木  | 金  | 土  |
|--------|---|----|----|----|----|
| ・マット / |   | 2  | 5  | 6  | 7  |
| ・跳箱 /  |   | 16 | 12 | 13 | 14 |
| ・鉄棒 /  |   | 23 | 19 | 20 | 21 |
| ・総合 /  | × |    | 26 | 27 | 28 |

※10/9は振替をお願いいたします。

- ・アスレ(かけっこ)

毎週火曜日

※ 今月の今池公園 → 10/10(火)

### ● 新極真カラテ

・毎週火・水・金曜日

※10/31(火)休み

2023年 11月

| 月              | 火  | 水  | 木               | 金              | 土              | 日         |
|----------------|--|----|-----------------|----------------|----------------|-----------|
|                |  | 1  | 2               | 3<br>休館日<br>祝日 | 4              | 5<br>休館日  |
| 6<br>アスレ/マット   | 7<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/走     | 8  | 9<br>アスレ/跳箱     | 10<br>アスレ/跳箱   | 11<br>アスレ/跳箱   | 12<br>休館日 |
| 13<br>アスレ/跳箱   | 14<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/走    | 15 | 16<br>アスレ/50測定  | 17<br>アスレ/50測定 | 18<br>アスレ/50測定 | 19<br>休館日 |
| 20<br>アスレ/50測定 | 21<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/50測定 | 22 | 23<br>休館日<br>祝日 | 24<br>空手練習     | 25<br>アスレ/鉄棒   | 26<br>休館日 |
| 27<br>アスレ/鉄棒   | 28<br>Zumbini<br>開催日<br>空手練習<br>アスレ/走    | 29 | 30<br>アスレ/休み    |                |                |           |

## お知らせ

### ★ 11月は、体力測定月です。

- ・アスレクラスは体力測定を行います

### ● Zumbini開催日(火曜日)

- ・11/7(火)、14(火)、21(火)、28(火)

### ● アスレクラス

- ・アスレ(総合体育)

| 種目     | 日 | 月  | 木  | 金  | 土  |
|--------|---|----|----|----|----|
| ・マット / |   | 6  | 2  | ×  | 4  |
| ・跳箱 /  |   | 13 | 9  | 10 | 11 |
| ・50測定  |   | 20 | 16 | 17 | 18 |
| ・鉄棒 /  |   | 27 | ×  | 24 | 25 |

※11/3、23は振替をお願いいたします。

- ・アスレ(かけっこ)

毎週火曜日

今月の今池公園 → 11/21(火)

※ 11月は体力測定月

### ● 新極真カラテ

・毎週火・水・金曜日

※11/3(金)休み