2021〔年〕8〔月〕カレンダー

NPO法人うえだミックスポーツクラブ

TEL0268-71-5392（平日9時～17時） FAX0268-71-5302

各種講座　時間一覧

月曜日（時間）	火曜日（時間）	水曜日（時間）	木曜日（時間）	金曜日（時間）	土曜日（時間）	日曜日（時間）
小学生英語（16:00～16:50）	楽椅子教室（10:00～11:00）	シニア教室（9:30～11:00）	テニスクラブ（10:00～12:30）	エンジョイサイクリング（9:30～11:30）	スロージョギング®（7:00～8:00）	
中学生英語（17:00～18:00）	低学年バレエ（17:30～18:45）	幼児バレエ（16:30～17:30）	からだ調整教室（10:15～11:30）	チア育成（17:00～19:00）	ランニングクラブ（7:30～9:30）	
チアリトル（16:30～17:30）		高学年バレエ（17:45～19:00）	背骨コンディショニング（10:00～11:00）	金ヨガ（19:00～20:00）	チア選抜（9:00～12:00）	
チア育成（17:00～18:30）		男ヨガ（19:40～20:40）	午後ヨガ（13:30～14:30）	ジュニアバスケ（19:00～21:00）	チアシニア（13:30～16:00）	
チアシニア（18:30～21:00）			チア選抜（17:00～19:00）		運動あそび教室幼・児（13:00～16:00）	
ガチダイエット（19:00～21:00）						

朝ヨガ（Am5:00～5:50）

雨天の場合は中止

1													
2		**3**		**4**		**5**		**6**		**7**		**8**	
朝ヨガ①	塩田公民館	朝ヨガ②	塩田公民館	朝ヨガ③	塩田公民館	朝ヨガ④	塩田公民館	朝ヨガ⑤	塩田公民館	ランニング	上田城跡駐車場		
キッズ英語	クラブ事務所	~~楽椅子教室~~	休講	シニア教室	あいそめの湯	テニスクラブ	自然運動公園　屋内テニス	チアリーディング	塩田公民館	チアリーディング	構造改善センター		
チアリーディング	塩田公民館	~~バレエ（児）~~	休講	バレエ（幼）	EMUバレエスタジオ	からだ調整教室	塩田公民館	金ヨガ	塩田公民館				
				男ヨガ	塩田公民館	午後ヨガ	塩田公民館	ジュニアバスケ	塩田西小学校				
						チアリーディング	丸子総合体育館						
9		**10**		**11**		**12**		**13**		**14**		**15**	
チアリーディング	北部体育館	楽椅子教室	塩田公民館	←						スロージョギング®	塩田公民館		
		バレエ（児）	EMUバレエスタジオ			〈8/11～8/16までクラブ事務局お盆休み〉							
16		**17**		**18**		**19**		**20**		**21**		**22**	
→		楽椅子教室	塩田公民館	シニア教室	塩田公民館	テニスクラブ	自然運動公園　屋内テニス	チアリーディング	塩田公民館	チアリーディング	菅平アリーナ		
		バレエ（児）	EMUバレエスタジオ	バレエ（幼）	EMUバレエスタジオ	からだ調整教室	塩田公民館	金ヨガ	塩田公民館	運動あそび（幼・児）	丸子総合体育館		
				男ヨガ	塩田公民館	午後ヨガ	塩田公民館	ジュニアバスケ	塩田西小学校				
						チアリーディング	丸子総合体育館						
23		**24**		**25**		**26**		**27**		**28**		**29**	
キッズ英語	クラブ事務所	楽椅子教室	塩田公民館	シニア教室	塩田公民館	テニスクラブ	自然運動公園　屋内テニス	エンジョイサイクリング	クラブ事務所	ランニング	上田城跡駐車場	チア夏大会	
チアリーディング	塩田公民館	バレエ（児）	EMUバレエスタジオ	バレエ（幼）	EMUバレエスタジオ	背骨コンディショニング	塩田公民館	チアリーディング	塩田公民館	スロージョギング®	塩田公民館		
ガチダイエット①	塩田公民館			男ヨガ	塩田公民館	~~午後ヨガ~~	休講	金ヨガ	塩田公民館	チアリーディング	構造改善センター		
						チアリーディング	丸子総合体育館	ジュニアバスケ	塩田西小学校				
30		**31**											
キッズ英語	クラブ事務所	楽椅子教室	塩田公民館										
チアリーディング	塩田公民館	バレエ（児）	EMUバレエスタジオ										
ガチダイエット②	塩田公民館												