

# マスカットスタジアム のスポーツ教室カレンダー

★★★ 第1期 【2019年4月～6月】 ★★★

	マイトフルネスヨガ (10回)	パワーヨガ (10回)	バレエ (各10回)	得とく講座 (15回)	テニス (各8回)																																																																																																																																																																																																																																																					
受 講 日	<b>4月</b>	<b>4月</b>	<b>4月</b>	<b>4月</b>	<b>4月</b>																																																																																																																																																																																																																																																					
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30																																							
	日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																			
		1	2	3	4	5	6																																																																																																																																																																																																																																																			
	7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																																																																																																																																			
	14	15	16	17	18	19	20																																																																																																																																																																																																																																																			
	21	22	23	24	25	26	27																																																																																																																																																																																																																																																			
	28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																							
	日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																			
	1	2	3	4	5	6																																																																																																																																																																																																																																																				
7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																																																																																																																																				
14	15	16	17	18	19	20																																																																																																																																																																																																																																																				
21	22	23	24	25	26	27																																																																																																																																																																																																																																																				
28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																								
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
	1	2	3	4	5	6																																																																																																																																																																																																																																																				
7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																																																																																																																																				
14	15	16	17	18	19	20																																																																																																																																																																																																																																																				
21	22	23	24	25	26	27																																																																																																																																																																																																																																																				
28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																								
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
	1	2	3	4	5	6																																																																																																																																																																																																																																																				
7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																																																																																																																																				
14	15	16	17	18	19	20																																																																																																																																																																																																																																																				
21	22	23	24	25	26	27																																																																																																																																																																																																																																																				
28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																								
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
	1	2	3	4	5	6																																																																																																																																																																																																																																																				
7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																																																																																																																																				
14	15	16	17	18	19	20																																																																																																																																																																																																																																																				
21	22	23	24	25	26	27																																																																																																																																																																																																																																																				
28	29	30																																																																																																																																																																																																																																																								
	<b>5月</b>	<b>5月</b>	<b>5月</b>	<b>5月</b>	<b>5月</b>																																																																																																																																																																																																																																																					
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																																				
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
			1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																				
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																																																																																				
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																				
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																																																																																																																																				
26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																					
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
			1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																				
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																																																																																				
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																				
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																																																																																																																																				
26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																					
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
			1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																				
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																																																																																				
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																				
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																																																																																																																																				
26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																					
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
			1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																				
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																																																																																				
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																				
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																																																																																																																																				
26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																					
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
			1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																				
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																																																																																				
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																				
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																																																																																																																																				
26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																																																																																																																					
	<b>6月</b>	<b>6月</b>	<b>6月</b>	<b>6月</b>	<b>6月</b>																																																																																																																																																																																																																																																					
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; font-size: small;"> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	日	月	火	水	木	金	土							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
						1																																																																																																																																																																																																																																																				
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																																																																																																																																				
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																																																																																																																																				
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																				
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																				
30																																																																																																																																																																																																																																																										
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
						1																																																																																																																																																																																																																																																				
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																																																																																																																																				
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																																																																																																																																				
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																				
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																				
30																																																																																																																																																																																																																																																										
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
						1																																																																																																																																																																																																																																																				
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																																																																																																																																				
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																																																																																																																																				
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																				
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																				
30																																																																																																																																																																																																																																																										
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
						1																																																																																																																																																																																																																																																				
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																																																																																																																																				
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																																																																																																																																				
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																				
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																				
30																																																																																																																																																																																																																																																										
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																				
						1																																																																																																																																																																																																																																																				
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																																																																																																																																				
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																																																																																																																																				
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																				
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																				
30																																																																																																																																																																																																																																																										
	<b>火</b> 19:30～20:30	<b>木</b> 19:30～20:30	<b>土</b> ・ジュニア(低) 9:30～10:30 ・ジュニア(高) 10:35～11:35 ・ジュニア(ホ) 10:35～12:05 ・ピギナーズ 12:10～13:10 ・ピギナーズ(ホ) 12:10～13:40 ※(ホ)…ポワント		<b>月曜日 ZUMBA</b> 19:45～20:45  <b>水曜日 プラティスマットワーク</b> 10:30～11:30  <b>水曜日 ピギナーズエアロ &amp; ストレッチ</b> 19:30～20:30  <b>金曜日 リラックスヨガ</b> 10:00～11:00																																																																																																																																																																																																																																																					
<b>注意事項</b>	◎ 入金後受講料は原則としてお返しいたしません。また入金後講座変更はできません。 ◎ 教室中のケガ、事故による損害保険補償あり。(詳細は裏面をご覧ください) ◎ バレエ用品をお持ちの方は持参してください。 ◎ ZUMBA・ピギナーズエアロ&ストレッチは、必ず室内シューズを持参してください。 ◎ 得とく講座は参加者の人数が多数の場合、入室の制限をかける場合があります。(先着順) ◎ 講師の都合により、講座の時間変更、講師の代行、延期または中止する場合があります。 ◎ 台風及び災害等により、各種警報が発令された場合、受講者の方の安全確保のため、延期または中止することがあります。																																																																																																																																																																																																																																																									
<b>ご案内</b>	来期(7～9月)継続される方は早めの予約をお願いします。 予約開始は <b>6/1(土)</b> からです！																																																																																																																																																																																																																																																									
<b>受講場所</b>	エアロビクススタジオ																																																																																																																																																																																																																																																									
<b>準備</b>	トレーニングウェア(通気性の良いもの)・タオル・飲み物・専用シューズ(テニス・ZUMBA・ピギナーズエアロ)																																																																																																																																																																																																																																																									
<b>更衣室</b>	スカッシュ用更衣室を利用してください。(ロッカーは100円返戻式です)																																																																																																																																																																																																																																																									
					準備：ラケット・シューズ・タオル  場所：D1, D2コート  ・振替は、1クール内のみとし、どのクラスへでも可能です。 ・振替は、振替希望日の前日までに、外野事務所にて受付けます。 ・振替希望先のレッスンは定員の場合は、振替ができません。 ・天候により中止(顺延)の場合は、こちらから連絡いたします。 ・雨天顺延になり1クール内に8回開講出来なかった場合は、来期(1ヶ月間)に残りの回数分受講可能とします。 ・テニス更衣室の利用は無料ですが、ロッカー利用の場合は有料となります。																																																																																																																																																																																																																																																					
					一お問い合わせー (公財)倉敷スポーツ公園 tel 086-463-7071																																																																																																																																																																																																																																																					