

令和3年度 コース表

池上スポーツクラブ

日		月		火		水		木		金		土						
9:50～10:50 児童	9:50～10:50 児童（鉄棒）	10:00～11:00 ミニテニス		10:00～10:50 親子体操		10:00～11:00 ミニテニス		10:00～10:50 親子体操		10:00～11:00 ミニテニス		10:00～11:00 児童						
11:00～11:50 幼児a,b,cd		11:00～12:30 太極拳 (第1、2、4週目)		11:00～12:00 レディース	11:10～12:00 幼児cd			11:10～12:00 幼児c d				11:10～12:00 幼児a,b,cd						
		12:30～14:00 ミニテニス																
12:30～13:30 器械体操	12:30～13:50 選手育成																	
14:00～15:00 器械体操	14:00～15:00 バク転					14:00～14:50 幼児a.b.c						12:30～13:30 器械体操	12:30～13:30 バク転					
15:00～17:30 体操競技選手 男女AB		15:00～15:50 新体操a b	15:00～15:50 幼児a.b	15:00～15:50 新体操ab	15:00～15:50 幼児a,b,c	15:00～15:50 新体操a b	15:20～16:20 児童（低）	15:20～16:20 器械体操	15:00～15:50 幼児a.b.c		15:00～15:50 新体操a b	15:00～15:50 幼児a.b.c	13:30～14:20 新体操a b	13:40～14:40 器械体操	13:40～15:00 選手育成			
		16:00～1700 新体操jrⅠ	16:20～17:20 児童	16:00～17:00 新体操jrⅠ	16:20～17:20 児童	16:20～17:20 器械体操	16:00～17:00 新体操jrⅠ	16:30～17:30 児童（高）	16:30～17:30 器械体操	16:00～16:50 ダンスab	16:20～17:20 児童	16:20～17:20 器械体操	16:00～17:00 新体操jrⅠ	16:20～17:20 児童	16:20～17:20 器械体操	14:40～15:40 新体操j rⅠ	15:10～16:10 器械体操	15:10～16:30 選手育成
		18:20～20:20 新体操jrⅢ	18:20～19:20 新体操j rⅡ プラス	18:20～20:20 新体操jrⅢ	17:30～18:50 選手育成	17:20～20:20 体操競技選手 男女AB	18:20～19:20 新体操j rⅡ プラス	17:40～19:00 選手育成	17:30～20:30 体操競技選手 男女AB	17:00～18:00 ダンス 小学生	17:30～18:50 選手育成	17:20～20:20 体操競技選手 男女AB	17:10～18:10 新体操jrⅡ	17:30～18:50 選手育成	17:30～18:30 器械体操	17:00～19:00 新体操j rⅢ	16:20～19:20 体操競技選手 男女AB	

*新体操a b⇒年長・年中、J r [ジュニア] I ⇒1・2年生、J r II ⇒3～6年生、J r II プラス⇒選手育成、J r III ⇒選手コース
*幼児a ⇒年長児[5・6才]、幼児b ⇒年中児[4・5才]、幼児c ⇒年少児[3・4才]、幼児d ⇒年少児未満[2・3才]
*児童(低) ⇒小学1・2年生、児童(高) ⇒小学3～6年生、標記無しは低高いずれも行っています。