

令和4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	10:00~10:50 幼児cd		
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cd				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											12:30~13:30 器械体操	12:30~ 13:30 バク転		
14:00~15:00 器械体操	14:00~ 15:00 バク転					14:00~14:50 幼児a.b.c						13:30~ 14:20 新体操ab	13:40~ 14:40 器械体操	13:40~ 15:00 選手育成	
15:00~17:30 体操競技選手 男女AB	15:00~ 15:50 新体操ab	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ab	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ab	15:00~15:50 幼児a.b.c	14:40~ 15:40 新体操jr I	15:10~ 16:10 器械体操	15:10~ 16:30 選手育成
	16:00~17:00 新体操jr I	16:20~ 17:20 児童	16:00~ 17:00 新体操jr I	16:00~ 16:50 ダンス 幼児	16:20~ 17:20 児童	16:20~ 17:20 器械体操	16:00~ 17:00 新体操jr I	16:30~ 17:30 児童(高)	16:30~ 17:30 器械体操	16:00~ 16:50 ダンス 幼児	16:20~ 17:20 児童	16:20~ 17:20 器械体操	15:50~ 16:50 新体操jr II		
	17:10~18:10 新体操jr II		17:10~ 18:10 新体操jr II	17:00~ 18:00 ダンス 小学生			17:30~ 18:50 選手育成	17:10~ 18:10 新体操jr II	17:40~ 19:00 選手育成	17:00~ 18:00 ダンス 小学生		17:30~ 18:50 選手育成	17:10~18:10 新体操jr II	17:30~ 18:30 器械体操	17:00~ 19:00 新体操jr III
18:20~20:20 新体操jr III	18:20~ 19:20 新体操jr II プラス	18:20~ 20:20 新体操jr III			17:20~20:20 体操競技選手 男女AB		18:20~ 19:20 新体操jr II プラス		17:30~20:30 体操競技選手 男女AB		17:20~20:20 体操競技選手 男女AB		18:20~20:20 新体操jr III	17:30~ 18:50 選手育成	18:30~20:30 体操競技選手 女子AB

* 新体操ab⇒年長・年中、Jr[ジュニア] I ⇒1・2年生、Jr II ⇒3~6年生、Jr II プラス⇒選手育成、Jr 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。