

# 令和6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	10:00~11:00 レディース	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	10:00~10:50 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		11:10~12:00 幼児cd		11:10~12:00 幼児cd		11:10~12:00 幼児cd			11:10~12:00 幼児a.b.cd			
12:30~13:30 器械体操	12:30~13:50 選手育成	12:30~14:00 ミニテニス								12:30~14:00 ミニテニス		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
体操競技 選手男女		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)	15:00~15:50 幼児a.b.c	15:20~16:20 器械体操	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
【Bコース】 15:00~17:20		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	16:00~17:00 新体操 Jr. I	16:30~17:30 児童(高)	16:00~16:50 ダンス 幼児	16:20~17:20 器械体操	16:00~17:00 新体操 Jr. I	16:20~17:20 児童	16:20~17:20 器械体操	15:50~16:50 新体操 Jr. II	
【Aコース】 15:00~17:30		17:10~18:10 新体操 Jr. II		17:10~18:00 ダンス 小学生	16:20~17:20 児童	16:20~17:20 器械体操	16:30~17:30 児童(高)	17:00~18:00 ダンス 小学生	16:20~17:20 児童	16:20~17:20 器械体操	16:20~17:20 児童	16:20~17:20 器械体操	17:00~19:00 新体操 Jr. III	体操競技 選手男女
		17:30~18:50 選手育成		17:30~18:50 選手育成	体操競技 選手男女	17:30~18:50 選手育成	17:40~19:00 選手育成	17:30~18:50 選手育成	17:30~18:50 選手育成	17:30~18:30 バク転	17:30~18:50 選手育成	17:30~18:30 バク転	【Bコース】 16:20~18:40	
		18:20~19:20 新体操 Jr. II プラス	18:20~20:20 新体操 Jr. III	18:20~20:20 新体操 Jr. III	【Bコース】 17:20~19:40	【Aコース】 17:20~20:20	【Bコース】 17:30~19:50	【Aコース】 17:20~20:20	【Bコース】 17:20~19:40	18:20~20:20 新体操 Jr. III	18:20~20:20 新体操 Jr. III	18:20~20:20 新体操 Jr. III	【Aコース】 16:20~19:20	
													【ABコース】 18:30~20:30	

\* 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。