

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		10:00~11:00 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 新体操ab	15:00~15:50 新体操ab	15:00~15:50 幼児a.b.c	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		16:00~17:00 新体操 Jr. I	16:00~16:50 ダンス 幼児	16:00~17:00 新体操 Jr. I		16:00~16:50 ダンス 幼児		16:00~17:00 新体操 Jr. I		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			16:20~17:20 児童		16:20~17:20 児童	16:20~17:20 器械体操	16:30~17:30 児童(高)	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	16:20~17:20 児童	16:20~17:20 器械体操		
		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	17:10~18:10 新体操 Jr. II		17:00~18:00 ダンス 小学生		17:10~18:10 新体操 Jr. II		17:10~18:10 新体操 Jr. II		体操競技 選手男女	【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	体操競技 選手男女	17:30~18:50 選手育成	体操競技 選手男女	体操競技 選手男女	17:40~19:00 選手育成	体操競技 選手男女	17:30~18:50 選手育成	17:30~18:30 バク転		【Aコース】 16:20~19:20	
			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		【Bコース】 17:30~19:50	【Bコース】 17:20~19:40		【Aコース】 17:20~20:20	18:20~20:20 新体操 Jr. III	体操競技 選手女子	【ABコース】 18:30~20:30		
					【Aコース】 17:20~20:20		【Aコース】 17:30~20:30	【Aコース】 17:20~20:20							

* 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。