

令和8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~ 11:00 ミニテニス			10:30~ 11:20 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ab.cd														11:10~ 12:00 幼児ab.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ab.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ab	15:00~ 15:50 ダンス 幼児	15:00~ 15:50 幼児ab.cd				15:00~ 15:50 ダンス 幼児	15:00~ 15:50 幼児ab.cd		15:00~ 15:50 新体操ab		15:00~ 15:50 幼児ab.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							15:20~ 16:20 児童(低)	15:20~ 16:20 器械体操											
【Aコース】 15:00~ 17:30		16:10~ 17:10 新体操 Jr. I	16:20~ 17:20 児童	16:10~ 17:10 新体操 Jr. I	16:20~ 17:20 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)	16:30~ 17:30 器械体操	16:20~ 17:20 ダンス 小学生	16:20~ 17:20 児童	16:20~ 17:20 器械体操	16:10~ 17:10 新体操 Jr. I		16:20~ 17:20 児童	16:20~ 17:20 器械体操		
		17:20~ 18:30 新体操 Jr. II プラス	17:20~ 19:20 新体操 Jr. III	17:20~ 18:20 新体操 Jr. II		体操競技 選手男女	17:30~ 18:50 選手育成		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	17:20~ 18:20 新体操 Jr. II		17:30~ 18:30 バク転	17:30~ 18:50 選手育成	17:00~ 19:00 新体操 Jr. III	【Bコース】 16:20~ 18:40
			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			【Aコース】 17:20~ 20:20		18:20~ 20:20 新体操 Jr. III		【ABコー ス】 18:30~ 20:30			【Aコース】 16:20~ 19:20
						【Aコース】 17:20~ 20:20			【Aコース】 17:30~ 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。