

令和7年8月教室予定

種 目		開催日	時 間	開催場所
バスケットボール		8/4(月)	19:00～21:00	男鹿市総合体育館
		8/7(木)		
バレーボール		ジュニアの部 8/6(水) 8/20(水)	17:00～20:00	男鹿市総合体育館
		一般の部 (8人制) 毎週金曜日	9:30～12:00	サンワーク男鹿
サッカー		8/2(土)	9:30～12:00	お問い合わせ下さい
		8/16(土)		
ラグビー		8/3(日)	9:00～11:30	脇本近隣公園ラグビー場
ウォーキング	スローエアロビック・ウォーキング実技・ストレッチ	8/4(月)	10:00～11:30	男鹿市総合体育館
		8/18(月)		
健康教室	スローエアロビック・筋カトレーニング・ストレッチ	8/12(月)	10:00～11:30	男鹿市総合体育館
		8/25(月)		若美コミュニティセンター
ミニテニス		8/7(木)	18:00～20:30	サンワーク男鹿
		8/21(木)		
はつらつ男性教室 口腔を鍛える運動・有酸素運動(脳トレ含む) ・ストレッチ(筋トレ含む)		8/7(木)	10:00～11:30	男鹿市総合体育館
		8/21(木)		
卓球教室		毎週火曜日 8月12日お休み	18:00～21:00	男鹿市総合体育館
		毎週水曜日 8月13日お休み	10:00～12:00	