



このQRコードから
能登川総合ス
ポーツクラブの
ホームページをご
覧いただけます



NPO法人 能登川総合スポーツクラブ教室日程 令和7年5月の予定



風薫る5月。スポーツを楽しむ絶好の季節になりました。感染症予防に心掛け、病気に負けない健康な身体づくりに努めていきましょう。スポーツクラブは皆さまの体づくりのお手伝いをさせていただきます。

* 《一般教室》

場所【能登川アリーナ】

参加費(会員 無料・非会員 500円)

教室名	日	曜日	時間	その他
バドミントン	2	金	10:00~12:00	※ご注意 6日(火) 振替休日 7日(水) 休館日 9日(金) 休館日 13日(火) 休館日 で、お休みです
	14	水	10:00~12:00	
	16	金	10:00~12:00	
	20	火	20:00~22:00	
	21	水	10:00~12:00	
	23	金	10:00~12:00	
	27	火	20:00~22:00	
	28	水	10:00~12:00	
	30	金	10:00~12:00	
	バドミントン シニアクラス	2	金	
16				
23				
バドミントン初心者クラス 『ブルースカイ』	14	水	20:00~22:00	7日(水) 休館日 で、お休みです
	21			
ピンポン (木) 桶ツ卓球あり	1	木	13:00~16:00	※ご注意 7日(水) 休館日 8日(木) 休館日 9日(金) 休館日 15日(木) 使用不可 で、お休みです
	2	金	13:00~16:00	
	14	水	20:00~22:00	
	15	木	使用不可	
	16	金	13:00~16:00	
	21	水	20:00~22:00	
	22	木	13:00~16:00	
	23	金	13:00~16:00	
	28	水	20:00~22:00	
	29	木	13:00~16:00	
	30	金	13:00~16:00	

* 《特別教室》

場所【能登川アリーナ 多目的室】

◇姿勢改善&筋力UP運動教室	2日・16日・23日(金)	13:00~14:00
◇スクエアステップ教室(6回コース)	15日・29日(木)	10:00~11:30
◇スクエアステップ教室(11回コース)	1日・15日・22日・29日(木)	10:00~11:30

1日・15日はアリーナB面に場所が変わります

場所【能登川アリーナ 多目的室】 参加費(会員 500円・非会員 700円)

リフレッシュヨガ	20 27	火	11:00~12:00	6日振替休日・13日休館日 でお休みです
----------	----------	---	-------------	-------------------------

(問合せ) NPO法人能登川総合スポーツクラブ ☎0748-42-8400 ・ 050-8035-8591

ホームページ [能登川総合スポーツクラブ](#) 検索

場所【能登川アリーナ】

参加費(会員 無料・非会員 500円)

教室名	日	曜日	時間	その他
ビーチボール	1	木	10:00~12:00	※ご注意 6日(火) 振替休日 8日(木) 休館日 9日(金) 休館日 13日(火) 休館日 15日(木) 使用不可 で、お休みです
	2	金	20:00~22:00	
	15	木	使用不可	
	16	金	20:00~22:00	
	20	火	10:00~12:00	
	22	木	10:00~12:00	
	23	金	20:00~22:00	
	27	火	10:00~12:00	
	29	木	10:00~12:00	
	30	金	20:00~22:00	
	スポレック	1	木	
15		木	使用不可	
20		火	10:00~12:00	
22		木		
27		火		
29	木			
ネットでポンпой	20 27	火	10:00~12:00	6日振替休日・13日休館日 で、お休みです
バスケットボール	15 22 29	水	20:00~22:00	1日(水) 休館日 8日(水) 休館日 でお休みです

場所【能登川グラウンド】

陸上(小学生)	10 24	土	9:30~11:30	グラウンドの状態が 悪い場合はお休みです
---------	----------	---	------------	-------------------------

場所【能登川アリーナ 多目的室】

月2回(月謝制)(会員 3,000円)

フラダンス	3	土	17:00~18:00
	6	火	13:30~14:30
	17	土	17:00~18:00
	20	火	13:30~14:30

場所【ふれあい運動公園グラウンドゴルフ場】

グラウンドゴルフ	毎週	火~日	9:00~16:00	ふれあい運動公園ゴルフ場 参照して下さい
----------	----	-----	------------	-------------------------