

中央区地域スポーツクラブ大江戸月島 2020年9月9日更新 【週間スケジュール】

2020.9.9更新

	火	水	木	金	土	日
9:00						
10:00	(時間はHP参照) やさしいヨガ (15歳以上) 子ども連れOK 月島社会教育会	10:00~11:00 貯筋運動 (成人) 佃区民館				
11:00	(時間はHP参照) 筋膜ストレッチ (15歳以上) 子ども連れOK 月島社会教育会	10:00~11:30 ウクレレ教室 勝どき区民館				
12:00						
13:00						
14:00		13:30~14:30 貯筋運動 (成人) 勝どき区民館				
15:00						
16:00						
17:00	①16:30~17:30 ②18:30~19:30 フラッグフットボール 対象:幼児(年中以上)~小学生、中・高校生 月島第三小学校 校庭	16:00~17:00 サッカーAコース (小学1~2年生) 月島第一小学校 校庭	15:00~15:45 フットサルAコース (年少~年長) 明石小学校 校庭	15:55~16:50 フットサルBコース (小学1~2年生) 明石小学校 校庭	16:00~16:45 フットサルCコース (小学1~2年生) 明石小学校 校庭	16:00~16:45 フットサルDコース (小学1~2年生) 明石小学校 校庭
18:00	18:00~19:00 エンジョイ体操 月島第一小学校 多目的室	17:00~18:00 小学生空手 (小学生) 月島第一小学校 多目的室	17:00~18:00 小学生空手 (小学生) 月島第一小学校 多目的室	17:00~18:00 小学生空手 (小学生) 月島第一小学校 多目的室	17:00~18:00 小学生空手 (小学生) 月島第一小学校 多目的室	17:00~18:00 小学生空手 (小学生) 月島第一小学校 多目的室
19:00						
20:00						
21:00						

*施設及び講師の都合により変更、及び新プログラムを追加することがありますのでホームページからもご確認ください。http://c.o.edo.tokyo.jp