

きよす総合型地域スポーツクラブ(仮称) プログラム (案)

No.	種目	対象	曜日	時間	講師	場所	定員
1	親子健康体操教室	未就園児童と親		10:30~11:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	20組
2	シニア健康体操教室	60歳以上男女		10:30~11:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	20人
3	ピラティス基本(昼)	一般男女		10:30~11:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	30人
4	ピラティス基本(夜)	一般男女		19:30~20:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	30人
5	バレトン基本(昼)	一般男女		10:30~11:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	30人
6	バレトン基本(夜)	一般男女		19:30~20:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	30人
7	ヨガ教室(昼)	一般男女		10:30~11:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	30人
8	ヨガ教室(夜)	一般男女		19:30~20:30	スポーツ指導員	アルコ3階研修室	30人
9	ニュースポーツ教室	小学生男女一般	第2・4土	10:00~11:30	スポーツ推進委員	未定	20人
10	陸上ランニング教室	小中学生一般			清須ランナーズクラブ		20人
11	卓球教室	小学生男女			清須市体育協会卓球協会	アルコ1階サブアリーナ	20人
12	弓道教室	中学生以上男女			清須市体育協会弓道部会	ARCO清洲4F弓道場	20人

320人