

◆いだてん玉名 2020年01月 定期プログラム教室 基本スケジュール 更新日: 2019年12月16日

月	火	水	木	金	土	日
30 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	31 ◆コーディネーション (北稜高) 19:30-20:30	1 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	2 ◆ローリーボール (玉南) 20:00-22:00 ◆高学年向け補強トレ (北稜高) 19:30-20:30	3 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00 ◆パルクール (玉南) 19:00-21:00	4 ◆体力トレーニング (蛇ヶ谷) 08:00-09:00 ◆ダンススポーツ (市内) 18:00-20:00 ◆バレーボール (玉南中) 18:00-20:00	5 ◆キッズバレーボール (YTC) (横島) 18:30-20:30
6 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	7 ◆コーディネーション (北稜高) 19:30-20:15	8 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	9 ◆ローリーボール (玉南) 20:00-22:00 ◆高学年向け補強トレ (北稜高) 19:30-20:30	10 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00 ◆パルクール (玉南) 19:00-21:00	11 ◆体力トレーニング (蛇ヶ谷) 08:00-09:00 ◆ダンススポーツ (市内) 18:00-20:00 ◆バレーボール (玉南中) 18:00-20:00	12 ◆キッズバレーボール (YTC) (横島) 18:30-20:30
13 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	14 ◆コーディネーション (北稜高) 19:30-20:15	15 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	16 ◆ローリーボール (玉南) 20:00-22:00 ◆高学年向け補強トレ (北稜高) 19:30-20:30	17 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00 ◆パルクール (玉南) 19:00-21:00	18 ◆体力トレーニング (蛇ヶ谷) 08:00-09:00 ◆ダンススポーツ (市内) 18:00-20:00 ◆バレーボール (玉南中) 18:00-20:00	19 ◆キッズバレーボール (YTC) (横島) 18:30-20:30
20 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	21 ◆コーディネーション (北稜高) 19:30-20:15	22 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	23 ◆ローリーボール (玉南) 20:00-22:00 ◆高学年向け補強トレ (北稜高) 19:30-20:30	24 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00 ◆パルクール (玉南) 19:00-21:00	25 ◆体力トレーニング (蛇ヶ谷) 08:00-09:00 ◆ダンススポーツ (市内) 18:00-20:00 ◆バレーボール (玉南中) 18:00-20:00	26 ◆キッズバレーボール (YTC) (横島) 18:30-20:30
27 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	28 ◆コーディネーション (北稜高) 19:30-20:15	29 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00	30 ◆ローリーボール (玉南) 20:00-22:00 ◆高学年向け補強トレ (北稜高) 19:30-20:30	31 ◆バドミントン (玉南) 20:00-22:00 ◆パルクール (玉南) 19:30-21:30	1 ◆体力トレーニング (蛇ヶ谷) 08:00-09:00 ◆ダンススポーツ (市内) 18:00-20:00 ◆バレーボール (玉南中) 18:00-20:00	2 ◆キッズバレーボール (YTC) (横島) 18:30-20:30

(ご注意) 上記スケジュールは、各教室の基本的な活動日であり、指導者や施設の都合によって活動休止日や変更が発生します。 詳しいスケジュールは指導者へお問い合わせください。

定期	◆バドミントン 毎週 月・水・金 20:00-22:00 (玉南中学校体育館) 小学生から大人まで参加できます 参加費) 会員100円/体験300円 (回)	(ご注意) スケジュールは、各教室の基本的な活動日であり、指導者や施設の都合によって活動休止日や変更が発生します。 詳しいスケジュールは指導者へお問い合わせください。
Academy	◆コーディネーション (マット運動遊び) ※いだてんTOPアカデミー 毎週 火曜 19:30-20:30 (北稜高校レスリング場) 幼年から小学生低学年まで参加できます 参加費) アカデミ生 2,000円/月 会員 500円 (回) / 体験0円 (回)	
Academy	◆高学年向け補強トレーニング (本格派@筋力、体幹、体力UP) ※いだてんTOPアカデミー 隔週 木・金曜 19:30-20:30 (北稜高校レスリング場) 小学校高学年、中学生、高校生、大人まで参加できます 参加費) アカデミ生 1,500円/月 会員 500円 (回) / 体験0円 (回)	
定期	◆ローリーボール (太極柔力球) 毎週 木曜 20:00-22:00 (玉南中学校体育館) 小学生から大人まで参加できます 参加費) いだてん玉名会員 100円 (回)、体験者 300円 (回)	
定期	◆パルクール (忍者教室) 毎週 金曜 19:30-21:30 (玉南中学校体育館) 誰でも参加できます 参加費) いだてん玉名会員 200円 (回)、体験者 400円 (回)	
定期	◆バレーボール 毎週 土曜 18:00-20:00 (玉南中体育館) 誰でも参加できます 参加費) いだてん玉名会員 200円 (回)、体験者 400円 (回)	
Academy	◆体力トレーニング (ランニング系) ※いだてんTOPアカデミー 隔週 土・日・祝 08:00-09:00 (蛇が谷公園) 誰でも参加できます 参加費) アカデミ生 別途基準/月、いだてん玉名会員 200円 (回)、体験者 400円 (回)	
Academy	◆キッズバレーボール ※YTC アカデミー 毎週 日 18:30-20:30 (横島体育館) 幼年から小学3年生まで参加できます 参加費) アカデミ生 別途基準/月、いだてん玉名会員 100円 (回)、体験者 300円 (回)	
Academy	◆ダンススポーツ ※SwingDSC アカデミー 毎週 土 18:00-20:00 (玉名市大麻会館) 誰でも参加できます 参加費) アカデミ生 別途基準/月、いだてん玉名会員 500円 (回)、体験者 1,000円 (回)	
Academy	◆築山サッカークラブ ※サッカーアカデミー 毎週 火・水 (夕方)・土 (08:30-09:30) (築山小学校運動場) ※築山小学校 4年生から6年生まで参加できます 参加費) アカデミ生 別途基準	
Academy	◆7時間目の体育 ※岱明アカデミー 毎週 火曜 (18:00-19:00) (岱明B&G2階) 小学4年生～6年生まで参加できます ※年4回程度のシーズン制です	