



# エコスポいずみ健康スポーツ・文化教室



## 10月

日	月	火	水	木	金	土
1 フロアカーリング	2	3	4 ヨガ・ストレッチ	5 健康体操	6	7
8 フロアカーリング	9	10	11 ヨガ・ストレッチ	12 健康体操	13	14
15	16	17	18 ヨガ・ストレッチ	19 健康体操	20	21
22	23	24 障がい者スポーツ	25	26 健康体操	27	28
29	30	31				

## 11月

日	月	火	水	木	金	土
			1 ヨガ・ストレッチ	2 健康体操	3	4
5	6	7 ボッチャ	8 ヨガ・ストレッチ	9 健康体操	10	11
12	13	14 ボッチャ	15 ヨガ・ストレッチ	16 健康体操	17	18
19	20	21 ボッチャ	22	23	24	25
26	27	28 ボッチャ	29 ノルディック講習会	30 健康体操		

## 12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 ボッチャ	6 ヨガ・ストレッチ	7 健康体操	8	9
10	11	12 ボッチャ	13 ヨガ・ストレッチ	14 健康体操	15	16
17	18	19 ボッチャ	20 ヨガ・ストレッチ	21 健康体操	22	23
24	25	26	27	28		

- ・ヨガ・ストレッチ教室 ... 13:00~14:30
- ・健康体操教室 ... 10:10~11:30
- ・ボッチャ教室 ... 10:00~11:30
- ・フロアカーリング教室 ... 10:00~12:00
- ・障がい者スポーツ大会 ... 10:00~12:00
- ・ノルディック講習会 ... 13:30~15:30

- (A)
- (A)
- (A)
- (A) (C)
- (A) (C)
- (A)



- A=多目的スペース(全面)
- B=多目的スペース(半面)
- C=ミーティングルーム

(C) エコスポ教室HP

(C) 予定表あり

実施：NP0法人  
 杉戸町総合型スポーツクラブ  
 すぎスポ  
 問合せ：0480-48-5161  
 主催：杉戸町教育委員会