NPO法人おおたかスポーツコミュニティ流山　定期スポーツ教室　日程表　4/26現在

〈ご案内〉　　会場：流山市生涯学習センター体育館A面

	教室名	曜日・時間	対象・定員	参　加　費　・　備　考
短期講座 詳細はH.P	転　倒　防　止　運　動	月曜 9:30～10:30	一般	会員：200円　ビジター：600円
	バ　ド　ミ　ン　ト　ン	月曜13:00～15:00	一般・２０名	会員：400円　ビジター：600円
	か　ら　だ　作　り 筋力体力アップ講座	火曜10:00～11:30	一般・２０名	4月9日～5月28日毎週火曜 全8回4,000円（事前申込制）
	卓　　球	月曜15:30～17:30	一般	会員：400円　ビジター：600円 準備と後片付けも参加者で実施
	ゆったりフラダンス	火曜13:00～14:00	一般	会員：400円　ビジター：600円 月３回（基本第1～3週）※要スケジュール確認
	サッカー教室 レイソル流山キッズ	火曜16:00～17:00	幼児	OSC会員：2,000円/回　一般：2,500円/回 柏レイソルA．A．への入会による 月謝制（要問合せ）
	サッカー教室 レイソル流山ジュニア	火曜17:00～18:30	小学生	
	サッカー教室 レイソル流山ジュニアユース	火曜18:30～20:30	中学生	
	スポーツウエルネス吹矢	水曜13:30～15:30	一般・３０名	会員：400円　ビジター：600円 食事は1時間前までに済ませてください 準備と後片付けも参加者で実施
	卓　球　教　室 基　本　の　き	水曜16:00～17:30	一般・２０名 初心者～中級者向	会員：400円　ビジター：600円 準備と後片付けも参加者で実施
	ポールウォーキング＆ 基礎体力づくり	木曜 9:30～11:00	一般・１５名	会員：400円　ビジター：600円 屋外活動（雨天中止）
	サッカー教室 レイソル流山ジュニア	木曜17:00～18:30	小学生	※火曜日教室参照
	サッカー教室 レイソル流山ジュニアユース	木曜18:30～20:30	中学生	
	健康体操リズム運動＆ストレッチ	金曜 9:30～11:00	一般	会員：400円　ビジター：600円
休講中	親子体操（２・３歳児）	~~金曜11:20～12:10~~	２・３歳児と保護者１５組	会員：400円　ビジター：600円※参加費はお子様のみ

体育館のご利用は、室内用運動靴が必要です。飲み物をご持参ください。各自熱中症対策をお願い致します。
予定が変更になる場合がございますので、H.Pでご確認をお願い致します。

https://osc-nagareyama-com.secure-web.jp/

2024年4月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
AM	1　転倒防止運動	2	3	4　ポール＆体力づくり（雨天中止）	5　健康体操
PM	バドミントン 卓　球		スポーツ吹矢 卓球 基本のき		
AM	8　転倒防止運動	9　筋力体力アップ ※事前申込制講座	10	11　ポール＆体力づくり（雨天中止）	12　健康体操
PM	バドミントン 卓　球	サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	15　転倒防止運動	16　筋力体力アップ ※事前申込制講座	17	18　ポール＆体力づくり（雨天中止）	19　健康体操
PM	バドミントン 卓　球	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	休館日	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	22　転倒防止運動	23　筋力体力アップ ※事前申込制講座	24	25　ポール＆体力づくり（雨天中止）	26　健康体操
PM	バドミントン 卓　球	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	29	30　筋力体力アップ ※事前申込制講座			
PM	昭和の日	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース			

NPO法人おおたかスポーツコミュニティ流山　定期スポーツ教室　日程表　4/26現在

2024年5月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
AM			1	2 ポール＆体力づくり（雨天中止）	3
PM			スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	憲法記念日
AM	6	7 筋力体力アップ ※事前申込制講座	8	9 ポール＆体力づくり（雨天中止）	10 健康体操
PM	こどもの日	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	13 転倒防止運動	14 筋力体力アップ ※事前申込制講座	15	16 ポール＆体力づくり（雨天中止）	17 健康体操
PM	バドミントン 卓　球	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	休館日	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	20 転倒防止運動	21 筋力体力アップ ※事前申込制講座	22	23	24 健康体操
PM	バドミントン 卓　球	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	27 転倒防止運動	28 筋力体力アップ ※事前申込制講座	29	30 ポール＆体力づくり（雨天中止）	31 健康体操
PM	バドミントン 卓　球	サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	

2024年6月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
AM	3 転倒防止運動	4	5	6	7
PM	バドミントン 卓　球	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	10 転倒防止運動	11	12	13 ポール＆体力づくり（雨天中止）	14 健康体操
PM	バドミントン 卓　球	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	17 転倒防止運動	18	19	20 ポール＆体力づくり（雨天中止）	21 健康体操
PM	バドミントン 卓　球	ゆったりフラダンス サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	休館日	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	
AM	24 転倒防止運動	25	26	27 ポール＆体力づくり（雨天中止）	28 健康体操
PM	バドミントン 卓　球	サッカー教室 レイソル流山キッズ・Jr・Jrユース	スポーツ吹矢 卓球 基本のき	サッカー教室 レイソル流山Jr・Jrユース	

みどり…競技系の教室です。
あお…健康体操・フィットネス系の教室です。
オレンジ…キッズ・ジュニア向けの教室です。