



スポーツ種目名	曜日	時間	今月は	場所
ファミリーフットサル	毎月曜日	19:30~21:00	3.10.24	宮津小学校 体育館
みんなのソフトバレー	毎火曜日	19:30~22:00	4.11.18.25	市民体育館 アリーナ
バドミントン広場	毎水曜日	19:30~22:00	5.12.19.26	
バドミントンわかば	毎木曜日	19:30~21:00	6.20.27	
ソフトバレーわかば	毎金曜日	19:30~21:00	7.14	
ほのぼのスリータッチボール	毎水曜日	10:00~11:45	5.12.19	
ほのぼのショートテニス	毎金曜日	10:00~11:45	7.14.28	
チェアピクス教室	毎月曜日	10:00~11:00	3.10.24	
シェイプエアロ	毎水曜日	20:00~21:00	5.12.19.26	
キッズ体操教室	毎火曜日	幼児クラス 15:30~16:20 児童初級・中級クラス 16:30~17:20 上級クラス 17:00~18:30	4.11.18.25	
ナイト ノルディックウォーキング	毎火曜日 (雨の日は翌日)	19:15~	4.11.18.25	市民体育館 出発

** 今月の目玉はたくさんあるよ **

第7回
バドミントン広場選手権
7月9日(日)
in 宮津市民体育館
18:00~21:00

親睦
ビーチボールバレー大会
7月15日(土)
in 宮津市民体育館
13:00~16:30

からだすっきりヨガ教室
7月13日(木)
in みやづ屋
20:00~21:00

リラクゼーション
エクササイズ
7月26日(水)
in 市民体育館剣道場
20:00~21:00

会員も随時募集しております。まずは一度、無料体験してみませんか?
お問い合わせはrainbow事務局まで。 TEL&FAX 0772-22-2607