



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	毎週月曜日	19:30~21:00	7.21.28	宮津小学校 体育館
みんなのソフトバレー	毎週火曜日	19:30~22:00	8.22.29	市民体育館 アリーナ
バドミントン広場	毎週水曜日	19:30~22:00	2.9.30	
バドミントンわかば	毎週木曜日	19:30~21:00	3.10.24	
ソフトバレーわかば	毎週金曜日	19:30~21:00	18.25	
ほのほのスリータッチボール	毎週水曜日	10:00~11:45	2.30	
ほのほのショートテニス	毎週金曜日	10:00~11:45	4.25	
チェアピクス教室	毎週月曜日	10:00~11:00	7.21.28	市民体育館 剣道場
シェイプエアロ	毎週水曜日	20:00~21:00	2.23.30	
キッズ体操教室 夏期特別レッスン	火・水曜日	週により時間が 変わりますので 別紙のお知らせ をご覧ください	2...藤本周一郎先生 <small>水曜日</small> 9...大泉珠希先生 <small>水曜日</small> 22...長崎優子先生 <small>火曜日</small> 29...速石敦子先生 <small>火曜日</small>	
ナイトルディックウォーキング	毎週火曜日 (雨の日は翌日)	19:15~	1.8.22.29	市民体育館 出発

**** 今月の目玉はこちら ****



カヌー遠足
8月20日(日)
出発:宮津 場所:久美浜

フットサル
8月31日(木)
市民体育館アリーナ

リラクゼーションエクササイズ
8月30日(水)
市民体育館剣道場



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