



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	6.20.27	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	7.14.21.28	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	1.8.15.22	
バドミントンわかば	毎週木曜日	19:30~21:00	2.9.16	
ソフトバレーわかば	毎週金曜日	19:30~21:00	10.17.25(土)	
ほのほのスリータッチボール	毎週水曜日	10:00~11:45	1.8.15	
ほのほのショートテニス	毎週金曜日	10:00~11:45	10.17.24	市民体育館 剣道場
チェアピクス教室	毎週月曜日	10:00~11:00	6.13.27	
シェイプエアロ	毎週水曜日	20:00~21:00	ボクシングエクササイズ 1.8.15.22.29 スローエアロビック&リラクゼーション	
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~	7.14.21.28	市民体育館 出発

** 今月の目玉はこちら **

卓球バレー道場

11月4日(土)
in 市体会議室
19:30~21:00

NODAGAWA グラウンドゴルフ

11月12日(日)
in フォレストパーク
10:00~13:30

からだすっきりヨガ教室

11月16日(木)
in みやづ屋
20:00~21:00

この度、平成29年10月よりNPO法人格を取得いたしまして、名称が『NPO法人Sports Club RAINBOW』となりました。それに伴いまして継続会員も会員番号が新しく変わりますので、新規申し込みの手続きをお手数ですがよろしくお願ひいたします。

夜の チェアピクス教室

11月24日(金)
in 市体多目的練習場
19:30~20:30

初心者ぴんぽん

11月13日(月)
11月29日(水)
in 市体多目的練習場
19:30~21:00



お問い合わせは RAINBOW 事務局まで。

TEL&FAX 0772-22-2607