



# オレンジはあとクラブ7月予定表

| 種目  | 曜日     | 日にち                        | 時間   | 開催場所           |
|---|--------|----------------------------|--|----------------|
| 社交ダンス   | 月      | 6・13・27                    | 14:00~15:30  | ゆめステーション多目的ホール |
| カラオケ(別途1回300円)  | 火      | 7・21                       | 9:00~12:00   | カラオケ村          |
| 朗読教室  | 火      | 14・21                      | 10:00~11:30  | ゆめステーション多目的ホール |
| 太極舞   | 火      | 7・14・21・28                 | 15:00~16:00  | ゆめステーション多目的ホール |
| 新体操   | 火      | 7・14・21                    | 18:00~20:00  | ゆめステーション多目的ホール |
| トランポリン<br>基本コース(別途1回200円)                                     | 火      | 14・21・28                   | ①19:00~20:00<br>②20:00~21:00                                     | 玉東中学校体育館       |
| トランポリン※レベルアップコース<br>レクリエーション 別途3000円/月<br>ハイレベル(背落ち)別途4000円/月 | 金      | 10・17・24・31                | ①18:30~<br>②20:00~   | 玉東中学校体育館       |
| キッズサッカー(別途年会費あり)  | 火<br>木 | 7・14・21・28<br>2・9・16・23・30 | 19:00~20:15  | 町営グラウンド        |
| ジュニアサッカー(別途年会費あり)   | 火<br>木 | 7・14・21・28<br>2・9・16・23・30 | 19:00~21:00  | 町営グラウンド        |
| バウンドテニス   | 火      | 14・21・28                   | 19:30~21:30  | 玉東中学校体育館       |
| 俳句  | 水      | 15                         | 10:00~12:00  | 役場あるまちステーション   |
| 吹矢  | 水      | 1・15                       | 14:00~16:00  | ゆめステーション多目的ホール |
| ゆる体操  | 水      | 1・15                       | 13:30~14:30  | ゆめステーション研修室2   |
| キッズエアロビ   | 水      | 1・8・15                     | 18:00~19:00  | ゆめステーション多目的ホール |
| ツインバスケット  | 水      | 1・15・22・29                 | 18:30~20:30  | 玉東中学校体育館       |
| 卓球  | 日      | 12・26                      | 9:30~11:30   | 玉東中学校体育館       |
| 骨盤エクササイズ<br>ウォーミングアップコース                                      | 木      | 2・9・16                     | 10:00~11:00  | ゆめステーション多目的ホール |
| 骨盤エクササイズ<br>レベルアップコース(別途500円)                                 | 木      | 2・9・16                     | 11:00~12:00  | ゆめステーション多目的ホール |
| パソコン  | 木      | 2・9・16                     | 13:30~15:00  | ゆめステーション研修室1   |
| ヒップホップダンス<br>(別途2000円/月)                                      | 木      | 2・9・23                     | 3歳~小2 18:00~18:40<br>小3~小5 18:50~19:40<br>小6以上、中高生・大人19:50~20:40 | ゆめステーション多目的ホール |
| 英会話   | 木金     | 9・17(金)・23                 | 19:00~20:30  | ゆめステーション研修室1   |
| エアロビクス  | 金      | 3・10・17・24                 | 13:30~14:15  | ゆめステーション多目的ホール |
| ヨガティス   | 金      | 3・10・17・24                 | 14:25~15:10  | ゆめステーション多目的ホール |
| ラティーナ   | 金      | 3・17・24                    | 15:15~16:00  | ゆめステーション多目的ホール |
| 太極柔力球   | 金      | 3・17                       | 10:00~11:30  | ゆめステーション多目的ホール |
| 3×3バスケットボール   | 金      | 10・17・24・31                | 19:30~21:30  | 玉東中学校体育館       |
| 書道  | 土      | 4・11・18                    | 9:00~10:30(大人)<br>10:00~11:30(子供)                                | ゆめステーション研修室1・2 |
| おえかき教室  | 土      | 11・25                      | 9:30~10:30 1~3年生<br>10:30~11:30 4~6年生                            | 福祉センター2階       |
| 健康太極拳   | 土      | 11・18・25                   | 10:30~11:30  | ゆめステーション多目的ホール |
| バレーボール※ハイレベルコース   | 水      | 1・15・22・29                 | 19:00~20:30  | 玉東中学校体育館       |
| バレーボール ※基本コース   | 土      | 4・11・18・25                 | 19:00~20:30  | 玉東中学校体育館       |
| 低山に登ろう ※要申込   |        | 7~9月は酷暑のためお休み              |  |                |

## 似顔絵教室 体験会 7月29(水)・30日(木) 10時~12時

場 所：ゆめステーションこのは ※要申込み

対 象：子どもも大人も大丈夫です

持ち物：HBのえんぴつ(とがらせない)、消しゴム  
どちらか1日、もしくは両日、どちらでも大丈夫です。



講師：JEROさん

- ・TVチャンピオン似顔絵職人選手権優勝
- ・TBS「水曜日のダウンタウン」出演
- ・TBS「マツコの知らない世界」作品提供
- ・TBS「ビートたけしのこんなはずでは」出演