

令和7年3月教室予定

| 種 目 | | 開催日 | 時 間 | 開催場所 |
|--|--------------------------|------------------------|-------------|--------------------|
| バスケットボール | | 3/3(月) | 19:00～21:00 | 男鹿市総合体育館 |
| | | 3/6(木) | | |
| バレーボール | | 小学生の部 3/5(水) | 17:00～20:00 | 男鹿市総合体育館 |
| | | 3/19(水) | | |
| | | 一般の部 (8人制) 毎週金曜日 | 9:30～12:00 | サンワーク男鹿 |
| | | | | |
| サッカー | | 3/1(土) | 9:00～12:00 | お問い合わせ下さい |
| | | 3/15(土) | | |
| ラグビー | | 3/9(日) | 9:00～11:00 | 脇本近隣公園ラグビー場 |
| ウォーキング | ストレッチ・スローエアロビック・ウォーキング実技 | 3/3(月) | 10:00～11:30 | 男鹿市総合体育館 サブアリーナ |
| | | 3/17(月) | | |
| 健康教室 | ストレッチ・スローエアロビック・筋カトレーニング | 3/10(月) | 10:00～11:30 | 男鹿市総合体育館 サブアリーナ |
| | | 3/24(月) | | 若美コミュニティセンター |
| ミニテニス | | 3/13(木) | 18:00～20:30 | サンワーク男鹿 |
| | | 3/27(木) | | |
| はつらつ男性教室 口腔を鍛える運動・有酸素運動(脳トレ含む) ・ストレッチ(筋トレ含む) | | 3/13(木) | 10:00～11:30 | 男鹿市総合体育館 サブアリーナ |
| | | 3/27(木) | | |
| 卓球教室 | | 毎週火曜日 | 18:00～20:00 | 男鹿市総合体育館 サブアリーナ |
| | | 毎週水曜日 | 10:00～12:00 | |