

2025年 1 月



# スポーツスクール 日程表



NPO法人SEIBUスポーツクラブ事務局  
(0763) 33-3077

<b>ちびっこのびのびスポーツ</b> 月曜日 17:30~18:30 中アリーナ 6 (月) 20 (月) 27 (月) ☆13日(月)休講	<b>チャレンジスポーツ</b> 木曜日 18:00~19:00 中アリーナ 9 (木) 16 (木) 23 (木) 30 (木) ☆2日(木)休講	<b>新体操ジュニア</b> 月曜日 17:00~18:00 大アリーナ 6 (月) 20 (月) 27 (月) ☆13日(月)休講	<b>キッズ・ジュニアダンス</b> 水曜日 17:30~18:30 第2トレーニング室 8 (水) 15 (水) 22 (水) 29 (水) ☆1日(水)休講	<b>フェンシング</b> 月・金曜日 19:00~21:00 中アリーナ 6 (月) 10 (金) 17 (金) 20 (月) 27 (月) 31 (金) ☆31日(金)中研修室 ☆3日(金)・13日(月)・24日(金)休講	<b>ソフトテニスジュニア</b> 水曜日 19:30~21:00 大アリーナ 8 (水) 15 (水) 22 (水) 29 (水) ☆1日(水)休講
<b>ちびっこサッカー</b> 金曜日 18:00~19:00 中アリーナ 10 (金) 17 (金) 20 (月) ☆20日(月)大アリーナ19:00~20:00 ☆3日(金)・24日(金)・31日(金)休講	<b>キッズサッカー</b> 金曜日 18:00~19:00 中アリーナ 10 (金) 17 (金) 20 (月) ☆20日(月)大アリーナ19:00~20:00 ☆3日(金)・24日(金)・31日(金)休講	<b>ジュニアサッカー</b> 月曜日 18:30~19:45 大アリーナ 6 (月) 20 (月) 27 (月) ☆13日(月)休講	<b>バドミントンジュニア</b> 月曜日 17:00~19:00 中アリーナ 6 (月) 20 (月) 27 (月) ☆13日(月)休講	<b>バドミントンジュニア</b> 金曜日 19:00~21:00 中アリーナ 10 (金) 17 (金) 24 (金) 31 (金) ☆24日(金)砺波体育センター ☆31日(金)庄川体育センター ☆3日(金)休講	<b>タグラグビー</b> 水曜日 18:30~19:30 大アリーナ 8 (水) 15 (水) 22 (水) 29 (水) ☆1日(水)休講
<b>ジュニアテニス</b> 木曜日 18:00~20:00 大アリーナ 9 (木) 16 (木) 23 (木) 30 (木) ☆2日(木)休講	<b>卓球ジュニア</b> 月・木曜日 19:00~20:00 大アリーナ 6 (月) 9 (木) 16 (木) 20 (月) 23 (木) 27 (月) 30 (木) ☆2日(木)・13日(月)休講	<b>卓球チャンピオン</b> 月・木曜日 19:00~21:00 大アリーナ 6 (月) 9 (木) 16 (木) 20 (月) 23 (木) 27 (月) 30 (木) ☆2日(木)・13日(月)休講	<b>バドミントンチャンピオン</b> 水曜日 19:00~21:00 大アリーナ 8 (水) 15 (水) 22 (水) 29 (水) ☆1日(水)休講	<b>バドミントンチャンピオン</b> 木曜日 19:00~21:00 中アリーナ 9 (木) 16 (木) 23 (木) 30 (木) ☆2日(木)休講	<b>バドミントンチャンピオン</b> 土曜日 17:00~19:00 中アリーナ 4 (土) 11 (土) 18 (土) 25 (土) 調整中
<b>スタイルアップヨーガ</b> 水曜日 19:30~20:45 温水プール2F 8 (水) 15 (水) 22 (水) 29 (水) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。 ☆1日(水)休講	<b>体幹しっかりヨーガ</b> 金曜日 19:30~20:30 温水プール2F 10 (金) 17 (金) 24 (金) 31 (金) デイタイムレッスン会員の方はチケットが必要です。フリーレッスン会員の方は受講可。 ☆3日(金)休講	<b>はじめてのハタヨガ</b> 月曜日 9:15~10:15 第2トレーニング室 (祝) 6 (月) 13 (月) 20 (月) 27 (月) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。	<b>ラージボール卓球(サークル)</b> 水曜日 10:00~12:00 大アリーナ 8 (水) 15 (水) 22 (水) 29 (水) ☆1日(水)休講	<b>SEIBUテニス(サークル)</b> 金曜日 10:00~12:00 大アリーナ 10 (金) 17 (金) 24 (金) ☆3日(金)・31日(金)休講	<b>ソフトテニスチャンピオン</b> 土曜日 18:00~21:00 大アリーナ 男子 4 (土) 11 (土) 18 (土) 25 (土) 女子 調整中
<b>太極拳・気功法</b> 水曜日 13:30~14:30 第2トレーニング室 8 (水) 15 (水) 22 (水) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。 ☆1日(水)・29日(水)休講	<b>すっきりピラティス</b> 木曜日 19:30~20:30 温水プール2F 9 (木) 16 (木) 23 (木) 30 (木) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。 ☆2日(木)休講	<b>ヨーガセラピー</b> 月曜日 13:30~14:30 第2トレーニング室 (祝) 6 (月) 13 (月) 20 (月) 27 (月) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。	<b>スポーツ</b> 水曜日 13:00~15:00 中アリーナ 9 (木) 16 (木) 23 (木) ※一般の方300円、クラブ会員200円で参加できます ☆2日(木)・30日(木)休止	【クラブ会員の皆様へ】 2025年もNPO法人SEIBUスポーツクラブをどうぞよろしくお願いたします。 大会等により、一部のスクールにて休講や活動場所・時間の変更がございます。お間違のないようご確認ください。 <年末年始休館日：12/29(日)~1/3(金)>	



2024年 12月



# スポーツスクール 日程表



NPO法人SEIBUスポーツクラブ事務局  
(0763) 33-3077

<b>ちびっこのびのびスポーツ</b> 月曜日 17:30~18:30 中アリーナ 2 (月) 9 (月) 16 (月) 23 (月) ☆30日(月)休講	<b>チャレンジスポーツ</b> 木曜日 18:00~19:00 中アリーナ 12 (木) 19 (木) 26 (木) ☆5日(木)休講	<b>新体操ジュニア</b> 月曜日 17:00~18:00 大アリーナ 2 (月) 9 (月) 16 (月) 23 (月) ☆30日(月)休講	<b>キッズ・ジュニアダンス</b> 水曜日 17:30~18:30 第2トレーニング室 4 (水) 11 (水) 18 (水) 25 (水) ☆30日(月)休講	<b>フェンシング</b> 月・金曜日 19:00~21:00 中アリーナ 2 (月) 9 (月) 13 (金) 16 (月) 20 (金) 23 (月) 27 (金) ☆6日(金)・30日(月)休講 ☆13日・27日 大研修室	<b>ソフトテニスジュニア</b> 水曜日 19:30~21:00 大アリーナ 4 (水) 11 (水) 18 (水) 25 (水)
<b>ちびっこサッカー</b> 金曜日 18:00~19:00 中アリーナ 2 (月) 9 (月) 20 (金) ☆2日(月)・9日(月) 大アリーナ19:00~20:00 ☆6日・13日・27日(金)休講	<b>キッズサッカー</b> 金曜日 18:00~19:00 中アリーナ 2 (月) 9 (月) 20 (金) ☆2日(月)・9日(月) 大アリーナ19:00~20:00 ☆6日・13日・27日(金)休講	<b>ジュニアサッカー</b> 月曜日 18:30~19:45 大アリーナ 2 (月) 9 (月) 16 (月) 23 (月) ☆30日(月)休講	<b>バドミントンジュニア</b> 月曜日 17:00~19:00 中アリーナ 2 (月) 9 (月) 16 (月) 23 (月) ☆30日(月)休講	<b>バドミントンジュニア</b> 金曜日 19:00~21:00 中アリーナ 2 (月) 13 (金) 20 (金) ☆2日(月)17:00~19:00 ☆13日(金)砺波体育センター17:00~19:00 ☆6日・27日(金)休講	<b>タグラグビー</b> 水曜日 18:30~19:30 大アリーナ 4 (水) 11 (水) 18 (水) 25 (水)
<b>ジュニアテニス</b> 木曜日 18:00~20:00 大アリーナ 12 (木) 19 (木) 26 (木) ☆5日(木)休講	<b>卓球ジュニア</b> 月・木曜日 19:00~20:00 大アリーナ 2 (月) 9 (月) 12 (木) 16 (月) 19 (木) 26 (木) ☆5日(木)・23日(月)・30日(月)休講	<b>卓球チャンピオン</b> 月・木曜日 19:00~21:00 大アリーナ 2 (月) 9 (月) 12 (木) 16 (月) 19 (木) 23 (月) 26 (木) ☆5日(木)・30日(月)休講	<b>バドミントンチャンピオン</b> 水曜日 19:00~21:00 大アリーナ 4 (水) 11 (水) 18 (水) 25 (水)	<b>バドミントンチャンピオン</b> 木曜日 19:00~21:00 中アリーナ 5 (木) 12 (木) 19 (木) 26 (木) ☆5日(木)高波体育館18:00~20:00	<b>バドミントンチャンピオン</b> 土曜日 17:00~19:00 中アリーナ 7 (土) 14 (土) 21 (土) 28 (土) ☆7日・14日・28日(土)庄川体育センター ☆21日(土)砺波体育センター
<b>スタイルアップヨーガ</b> 水曜日 19:30~20:45 温水プール2F 4 (水) 11 (水) 18 (水) 25 (水) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。	<b>体幹しっかりヨーガ</b> 金曜日 19:30~20:30 温水プール2F 6 (金) 13 (金) 20 (金) 27 (金) デイタイムレッスン会員の方はチケットが必要です。フリーレッスン会員の方は受講可。	<b>はじめてのハタヨガ</b> 月曜日 9:15~10:15 第2トレーニング室 2 (月) 9 (月) 16 (月) 23 (月) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。	<b>ラージボール卓球(サークル)</b> 水曜日 10:00~12:00 大アリーナ 4 (水) 11 (水) 18 (水)	<b>SEIBUテニス(サークル)</b> 金曜日 10:00~12:00 大アリーナ 13 (金) 20 (金) 27 (金)	<b>ソフトテニスチャンピオン</b> 土曜日 18:00~21:00 大アリーナ 男子 7 (土) 14 (土) 21 (土) 28 (土) 女子 調整中
<b>太極拳・気功法</b> 水曜日 13:30~14:30 第2トレーニング室 4 (水) 11 (水) 18 (水) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。	<b>すっきりピラティス</b> 木曜日 19:30~20:30 温水プール2F 5 (木) 12 (木) 19 (木) 26 (木) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。	<b>ヨーガセラピー</b> 月曜日 13:30~14:30 第2トレーニング室 9 (月) 16 (月) 23 (月) デイタイムレッスン・フリーレッスン会員の方はチケットが必要です。	<b>スポーツ</b> 水曜日 13:00~15:00 中アリーナ 12 (木) 19 (木) 26 (木) ※一般の方300円、クラブ会員200円で参加できます	【クラブ会員の皆様へ】 ●年末年始休館日 12/29(日)~1/3(金) ●大会等により、一部のスクールにて休講や活動場所・時間の変更がございます。お間違えのないようご確認ください。 ●12/17(火)~22(日)温水プール休館(定期清掃・修繕)但しクラブ事務局は手続き等対応いたします。(火曜日を除く)	