

調和 SHC 倶楽部活動一覧

【スポーツ】

	活動日	活動場所	サークル会費
剣道	毎週(日)9時～11時半 土(第3除く)11時半～13時半	調和小アリーナ	10,000円/年
バドミントン	土(第1・2・4・5)15時45分～18時半、土(第3)11時～13時 偶数月(日、第1・3・5)11時半～13時半(日、第2・4)11時半～14時 奇数月(日、第1・3・5)13時半～15時半(日、第2・4)14時～16時半 毎週(火)19時～21時(中学生～一般)	調和小アリーナ	200円/1回 (シャトル代)
卓球	偶数月(日、第1・3・5)13時半～15時半(日、第2・4)14時～16時半 奇数月(日、第1・3・5)11時半～13時半(日、第2・4)11時半～14時 毎週(木)19時～21時 毎週(土)15時45分～18時半	調和小アリーナ	600円/年
インディアカ	毎週(火)19時～21時(シニア) 毎週(土)18時半～21時(一般)・毎週(水)18時半～21時(一般)	調和小アリーナ 大町スポーツ施設	
ネオホッケー	毎週(土)18時半～21時 毎週(水)19時～21時	調和小アリーナ	無料
フロアボール	毎週(日)18時半～21時	調和小アリーナ	無料
バスケットボール	毎週(月)19時45分～21時 日(第2・4)16時半～18時半 (中学生～一般)	調和小アリーナ	無料
硬式テニス	毎週(日)10時～13時45分 日(第4)9時～11時 日(第1・2・3)9時～13時(一般)	調和小校庭 大町スポーツ施設	700円/月
バレーボール	毎週(火)15時～18時 毎週(土)15時～18時(女子) 日(第1・3・5)15時半～18時半(男子)	大町スポーツ施設 調和小アリーナ	無料
ソフトバレーボール	毎週(木)17時～19時(小学生) 日(第2・4)16時半～18時半(中学生～一般) 毎週(木)9時半～12時	調和小アリーナ 調和小アリーナ 大町スポーツ施設	500円/月(小学生) 200円/年 (中学生～一般)
ソフトボール	日(第2・4)13時～15時	大町スポーツ施設	8000円/年

【健康】

	活動日	活動場所	サークル会費
水中歩行	毎週(日)10時～12時	調和小プール	1,620円/月
水泳	毎週(火)14時～16時	調和小プール	1,500円/月
グラウンドゴルフ	毎週(日)8時30分～10時 毎週(火・木)9時～11時	調和小校庭 大町スポーツ施設	100円/月
気功	毎週(水)10時～11時半 毎週(水)19時～20時半	大町スポーツ施設	2,000円/月
フレッシュヨーガ	毎週(金)9時～10時半(お子様連れ不可)	大町スポーツ施設	2,000円/月
すっきりダンス	毎週(木)10時～11時半	大町スポーツ施設	2,160円/月
親子体操	毎週(水)15時～16時半(2歳～就学前)	大町スポーツ施設	2,160円/月
健康体操	毎週(土)9時～10時25分(1部) 10時半～11時55分(2部)	大町スポーツ施設	1,000円/月
フラダンス	毎週(水)12時半～14時半	大町スポーツ施設	2,000円/月
インドアペタンク	月(第2・4)13時～15時	大町スポーツ施設	無料
シェイプボクシング	毎週(金)15時～16時半	大町スポーツ施設	2,160円/月
ルディックウォーキング	毎週(木・土)10時～11時半	大町スポーツ施設他	500円/月
歌声広場	金(第2・4)13時～15時	大町スポーツ施設	1,500円/月
ゆったり体操	毎週(月)9時半～11時半	大町スポーツ施設	無料
リハビリ体操教室	毎週(月)19時半～20時50分	大町スポーツ施設	2,160円/月

調和 SHC 倶楽部活動一覧

【文化】

	活動日	活動場所	サークル会費
俳句 すずめの学校	水(第 3)13 時～15 時	大町ふれあいの家	1,000 円/月
絵手紙・四季絵	金(第 2・4)10 時～12 時	大町スポーツ施設	2,300 円/月
絵画	土(第 2・4)13 時～18 時	大町スポーツ施設	500 円/月
ゴスペル	金(第 1・3)10 時～12 時 日(第 1・3)10 時～12 時	大町スポーツ施設	2100 円/月・1000 円/年
よさこい	土(第 1・3)19 時～21 時 木(第 2・4)19 時～21 時	大町スポーツ施設	2,000 円/月(大人) 1,000 円/月(学生)
英語であそぼう 英会話	火(第 1・3)18 時半～19 時半(小学生) 火(第 1・3)19 時 40 分～20 時 45 分(一般)	大町スポーツ施設	2,160 円/月 2,000 円/月
キッズフラワー	不定期開催(年 4 回を予定)	調和小開放会議室	1000～1500 円/回
将棋	土(第 1・3)9 時半～11 時半	事務局	無料
健康麻将	木(第 1・3)13 時～17 時 火(第 2・4)13 時～17 時	大町ふれあいの家	200 円/回

【ジュニアサポート】

	活動日	活動場所	サークル会費
Jr バドミントン	毎週(火)16 時 45 分～19 時	調和小アリーナ	2,160 円/月
小学生ネオホッケー	毎週(水)15 時半～19 時 (前半→低学年/後半→高学年)	調和小アリーナ	2,160 円/月
Jr 硬式テニス(土)	毎週(土)9 時～10 時 15 分 男子(2 年生以上) 10 時 15 分～11 時半 女子(2 年生以上)	調和小アリーナ	2,160 円/月
Jr 硬式テニス(水)	毎週(水)16 時 30 分～18 時(1 年生以上)	大町スポーツ施設	2,160 円/月
チアダンス	毎週(土)13 時 30 分～15 時 45 分(年中以上) キッズ/13 時半～14 時 15 分 ジュニア A/13 時 50 分～14 時 50 分 ジュニア B/14 時 45 分～15 時 45 分	調和小アリーナ	2,700 円/月
キッズホップ	毎週(金)16 時半～18 時(初級) 18 時～19 時半(中級) (年中～高校生)	大町スポーツ施設	2,160 円/月
ダブルダッチ	毎週(月)17 時～18 時半 (小学生～中学生)	調和小アリーナ	2,160 円/月
小学生スイミング	5 月第 2 週より毎週水曜日 全 8 回 (募集は4月～) 9 月第 1 週より毎週水曜日 全 8 回 (募集は7月～) 1 月第 2 週より毎週水曜日 全 8 回 (募集は11月～)	調和小プール	会員 7,000 円 非会員 10,000 円
小学生バスケットボール	毎週(月)18 時～19 時 45 分	調和小アリーナ	2,160 円/月
書道教室	水(第 1・3 教室)15 時～18 時 水(第 2・4 教室)15 時～18 時 } (3 年生以上)	大町スポーツ施設	2,160 円/月

【シニア友の会】

	活動日	活動場所	サークル会費
シニア体力アップ	毎週(火) 9 時～10 時半	大町スポーツ施設	1,080 円/月
シニアソフトボール	木(第 1・2・4)15 時～17 時	大町スポーツ施設	100 円/月
散策会	不定期		会員/200 円非会員/400 円
男の体力増進	毎週(木) 15 時～16 時半	大町スポーツ施設	会員/100 円非会員/300 円