



なんば体操クラブ

専門クラス
体育館開放

予定表

TEL : 06-6647-4766

| 1月 | | | | | | |
|------|----|------|----|------|----|------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 ● |
| 8 ● | 9 | 10 ● | 11 | 12 ● | 13 | 14 ● |
| 15 ● | 16 | 17 ● | 18 | 19 ● | 20 | 21 ● |
| 22 ● | 23 | 24 ● | 25 | 26 ● | 27 | 28 ● |
| 29 ● | 30 | 31 ● | 1 | 2 ● | | |

| 2月 | | | | | | |
|------|----|------|----|------|----|------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | 3 | 4 ● |
| 5 ● | 6 | 7 ● | 8 | 9 ● | 10 | 11 ● |
| 12 ● | 13 | 14 ● | 15 | 16 ● | 17 | 18 ● |
| 19 ● | 20 | 21 ● | 22 | 23 ● | 24 | 25 ● |
| 26 ● | 27 | 28 ● | 1 | 2 ● | | |

| 3月 | | | | | | |
|------|----|------|----|------|----|------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | 3 | 4 ● |
| 5 ● | 6 | 7 ● | 8 | 9 ● | 10 | 11 ● |
| 12 ● | 13 | 14 ● | 15 | 16 ● | 17 | 18 ● |
| 19 ● | 20 | 21 ● | 22 | 23 ● | 24 | 25 ● |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

※体育館開放はしばらくの間
休止させていただいております。
赤字休館日

● 専門クラスのレッスン日

☆練習回数について

1か月の最低練習回数を各曜日3回とさせていただきます。(3週間分)

休日やクラブ行事により練習回数に変動があります。不明な点は指導員にお尋ねください。

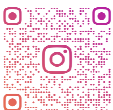
《facebook》

「いいね！」おねがいします☆



《Instagram》始めました。

「フォロー」おねがいします☆



NAMBA.GYM

☆練習時間について

火曜日 21:00~22:00

木曜日 20:30~21:30

土曜日 20:00~21:00

日曜日 20:00~21:00

フリー時間 22:30まで

選手コース試合日程

2月8日(水) ~ WOGA アメリカ

3月1日(水) ~ w杯シリーズ ドーハ

☆応援よろしくお願ひします☆

3月25日(日) 全国高校選抜 三重県

3月25日(土) ~ 世界ジュニア トルコ