

# 2024年 1月スケジュール



一般社団法人

総合型地域スポーツクラブ

市川スポーツガーデン国府台

最新スケジュール



## 会員フリーパス種目

全種目 各1回 無料体験可能 (予約制)

2023/12/14

種目	日付	時間	場所
キッズターザン1 体づくり動きづくり	14・21・28 (日)	09:00~10:00	柔道場※
キッズターザン2 鬼ごっこ・ボール 小4以上、子供のみ参加OK	13・27 (土)	13:00~14:00	2体※
スポーツ用車いすで遊ぼう NEW	14・28 (日)	15:00~16:30	2体※
宅トレ メソッド プロから学んで筋力UP!	14・28 (日)	11:00~12:00	剣道場※
バスケットボール	14・28 (日)	13:00~15:00	2体※
	20 (土)	19:00~21:00	
バレーボール	14 (日)	17:00~19:00	1体※
	20・27 (土)	19:00~21:00	
卓球	13・27 (土)	11:00~13:00	2体※
	17(水)	13:00~15:00	
ソフトバレー	13・27 (土)	13:30~15:00	2体※
★バドミントン	13・20・27 (土)	15:00~17:00	2体※
フットサル	13・20・27 (土)	17:00~19:00	2体※
★★フラ エクササイズ	15・22 (月)	11:15~12:45	剣道場※
★★太極拳	9・16・23 (火)	11:15~12:45	剣道場※
ノルディックウォーク (雨天中止)	09・23 (火)	09:30~11:00	クラブハウス前※
	20・27 (土)		
小学生テニス (小4~★大人初心者)	13・20・27 (土)	09:00~10:00	テニスコート※
★テニスA	13・20・27 (土)	09:00~11:00	
★テニスB ※1		11:00~13:00	

無料体験予約



◇施設表記の※は 市川市スポーツセンター内施設

※1 テニスA・Bは、どちらかの時間帯を選んでご参加下さい。両方の参加はできません。

★ 参加チケット必要(大人・シニア会員) (★1個¥100) 窓口でチケットを購入下さい。

# 2024年 1月スケジュール



一般社団法人

総合型地域スポーツクラブ

市川スポーツガーデン国府台



## 会員スクール種目

全種目 各1回 無料体験可能 (予約制)

2023/12/14

種目	日付	時間	場所
キッズ体操教室 幼児・小学生各60分	14・21・28 (日)	10:00~12:00	柔道場※
バク転&タンブリング 2教室各60分	14・21・28 (日)	12:10~14:20	柔道場※
(月)	15・22・29 (月)	17:00~18:30	市川小 運動場
フラッグフットボール (水)	10・17・24 (水)	17:00~18:30	市川小 体育館
(金) 18:00 / 19:00 2クラス	12・19・26 (金)	18:00~20:30	若宮小 体育館
かけっこ教室 幼児	10・17・24 (水)	15:40~16:30	クラブハウス前※
かけっこ教室 小1~4年		16:45~17:45	
ランニングクラブ 小4~6年		18:00~19:00	
ランニングクラブ 中学生~大人 (長距離/短距離)		19:15~20:45	
チア (火) ダンス部門	16・23・30 (火)	17:00~19:05	ふれあいセンター
チア (土) リーディング部門	13・20・27 (土)	14:10~17:30	市川小 体育館
バスケット(School) 小3~中3	8・15・22・29 (月)	19:15~20:45	一中 体育館
	11・18・25 (木)		1体※
バスケット(ClubTeam U-15)	HPでご確認ください	19:15~20:45	一中 体育館
		17:15~18:45	2体※

## 一般用 plus 1 種目

1回参加型の有料プログラム (会員登録不要・予約不要)

種目	日付	時間	場所
ノルディック プラス (雨天中止)	15・22 (月)	09:30~10:30	クラブハウス前※
	29 (月)		里見公園 藤棚前
ランニング プラス	10・17 (水)	09:15~10:00	クラブハウス前※
バスケ プラス 小2~中学生	14・28 (日)	19:15~20:45	2体※
子ども達の車いすバスケット (無料体験会) ISG会員は大人もOK	18 (木)	17:30~18:15	2体※

◇施設表記の※は 市川市スポーツセンター内施設

◇スケジュールは、施設・指導者の都合で変更になることがあります。HPで最新スケジュールをご確認下さい。

### お問い合わせ先：ISG国府台クラブハウス

〒272-0827 千葉県市川市国府台1-6-4市川市スポーツセンター内

TEL&FAX 047-371-7800

窓口営業時間

10:00~13:00

火~土曜日

(日・月・祝定休)