

# 2024年 5月スケジュール



**ISG**  
KOHNODAI

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**



無料体験

## 会員フリーパス種目

全種目 各1回 無料体験可能 (予約制)

2024/4/2

種目	日付	時間	場所
<b>キッズターザン 1</b> 体づくり動きづくり	12・19・26 (日)	09:00~10:00	柔道場※
<b>キッズターザン 2</b> 鬼ごっこ・ボール	11 (土)	11:00~12:00	2体※
	26 (日)	10:30~11:30	剣道場※
<b>キッズターザン 3</b> <span style="color:red">NEW</span> 小1~ バスケットボールで遊ぼう	12 (日)	15:30~16:30	2体※
<b>スポーツ用車いすで遊ぼう</b>	11 (土)	13:30~14:30	2体※
	25 (土)	16:00~17:00	
<b>みんなで 筋トレ</b> プロから学んで筋力アップ	19 (日)	10:30~11:30	剣道場※
	25 (土)	12:30~13:30	2体※
<b>ゆるっと バスケットボール</b>	6 (月)	17:00~19:00	1体※
	12 (日) 18 (土)	13:00~15:00	2体※
	25 (土)	13:30~16:00	
<b>ゆるっと バレーボール</b>	6 (月)	17:00~19:00	1体※
	11 (土) 19 (日)	19:00~21:00	
<b>エンジョイ 卓球</b>	6 (月)	13:00~15:00	2体※
	12 (日) 18 (土)	11:00~13:00	
<b>ほのほの ソフトバレー</b>	11 (土)	12:00~13:30	2体※
	25 (土)	11:00~12:30	
<b>楽しく バドミントン ★</b>	6 (月) 11・18 (土)	15:00~17:00	2体※
	25 (土)	9:00~11:00	
<b>ゆるっと フットサル</b>	6 (月)	17:00~19:00	2体※
	11・18・25 (土)		
<b>フラ エクササイズ ★</b>	6・13・20 (月)	11:15~12:45	剣道場※
<b>すこやか 太極拳 ★</b>	7・14・21 (火)	11:15~12:45	剣道場※
<b>ヨガ &amp; ストレッチ</b> <span style="color:red">NEW</span>	14・28 (火)	11:30~12:30	柔道場※
<b>みんなで ウォーク</b> 雨天中止	07・21 (火)	09:30~11:00	クラブハウス前※
	11・25 (土)		
<b>はじめて テニス</b> (小4~大人) 雨天中止	11・18・25 (土)	09:00~10:00	テニスコート※
<b>初級 テニス ★</b>	11・18・25 (土)	09:00~11:00	

◇施設表記の※は 市川市スポーツセンター内施設

◇キッズターザンは親子での参加種目 (小4~子どものみOK)

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

# 2024年 5月スケジュール



**ISG**  
KOHNODAI

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)

2024/4/2

種目	日付	時間	場所
キッズ体操教室 <small>幼児・小学生各60分</small>	12・19・26 (日)	10:00~12:00	柔道場※
バク転&タンフリング <small>2クラス 各60分</small>	12・19・26 (日)	12:10~14:20	柔道場※
フラッグフットボール <small>各2クラス開催</small>	13・20・27 (月)	17:00~20:10	市川小 運動場
	8・15・22 (水)	17:00~20:10	市川小 体育館
	10・17・24 (金)	18:00~20:40	若宮小 体育館
かけっこ教室 (土) <b>NEW</b> <small>年中~小1</small>	11・18 (土)	10:00~10:50	2体※
かけっこ教室 (水) <small>幼児 /16:45 小1~4</small>	15・22・29 (水)	15:40~17:45	クラブハウス※
ランニングクラブ <small>小4~6年</small>		18:00~19:00	
ランニングクラブ <small>中学生~大人 (長距離/短距離)</small>		19:15~20:45	
千ア (火) ダンス部門	7・14・21・28 (火)	17:00~19:05	ふれあいセンター
千ア (土) リーディング部門	11・25 (土)	14:10~17:30	市川小 体育館
バスケット (School) <small>小3~中3</small>	13・20・27 (月)	19:15~20:45	一中 体育館
	2・9・16・23・30 (木)		1体※
バスケット (ClubTeam U-15)	<a href="https://www.isgbbc.jp/">https://www.isgbbc.jp/</a>		

日程は上記HP参照

## 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 フラス <small>雨天中止</small>	13・20 (月)	09:30~10:30	クラブハウス前※
	27 (月)		里見公園 藤棚前
バスケ フラス <small>小2~中3</small>	12・19・26 (日)	19:15~20:45	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)