

2024年 5月スケジュール



ISG
KOHNO DAI

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)

2024/5/3

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

◇キックス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)

2024/5/3

種目	日付	時間	場所
キッズ体操教室 幼児・小学生各60分	12・19・26 (日)	10:00~12:00	柔道場※
バク転&タンフリング 2クラス 各60分	12・19・26 (日)	12:10~14:20	柔道場※
フラッグフットボール 各2クラス開催	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・31 (金)	18:00~20:40	若宮小 体育館
かけっこ教室 (土) NEW 年中~小1	11・18 (土)	10:00~10:50	2体※
かけっこ教室 (水) 幼児 / 16:45~小1~4	15・22・29 (水)	15:40~17:45	クラブハウス※
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	7・14・21・28 (火)	17:00~19:05	ふれあいセンター
チア (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) 小3~中3	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)	https://www.isgbbc.jp/		

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 雨天中止	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 小2~中3	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)