

2025年 12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



会員フリーパス種目

全種目 各1回 無料体験可能（予約制）

2025/10/25

種目	日付	時間	場所
キッスターザン 1 親子で遊ぶ 体づくり動きづくり	07・14（日）	09:00～10:00	柔道場※
キッスターザン 2 親子で遊ぶ 鬼ごっこ・ボール	06・20（土）	11:15～12:15	剣道場※
みんなで 筋トレ ★ プロから学んで 筋力アップ	21（日）	11:00～12:00	剣道場※
ヨガ&ストレッチ ★ 親子参加OK	09・23（火）	11:30～12:30	柔道場※
	14（日）	10:30～11:30	剣道場※
スポーツ用 車いすで遊ぼう	13（土）	15:30～16:30	2 体※
	21（日）	17:30～18:30	
ゆるっと バスケットボール	06（土）	15:00～17:00	2 体※
	13（土）	13:00～15:30	
	21（日）	15:00～17:30	
ほのほの ソフトバレー	14（日）	13:00～15:00	2 体※
	20（土）	15:00～17:00	
ゆるっと バレーボール	13（土）	19:00～21:00	1 体※
	07（日）20（土）	17:00～19:00	
エンジョイ 卓球	03（水）	13:00～15:00	2 体※
	13・20（土）	15:00～17:00	1 体※
楽しく バドミントン ★	14（日）	15:00～17:00	2 体※
	20（土）		1 体※
ゆるっと フットサル	06・20（土）	17:00～19:00	2 体※
	13（土）	16:30～19:00	
フラ エクササイズ ★	01・08（月）	11:15～12:45	剣道場※
	15（月）		2 体※
すこやか 太極拳 ★	09・16・23（火）	11:15～12:45	剣道場※
みんなで ウォーク 雨天中止	02・16（火）	09:30～11:00	クラブハウス前※
	06・20（土）		
はじめて テニス ★ （小3～大人）	06・13・20（土）	09:00～10:00	テニスコート※
初級 テニス ★ 雨天中止	06・13・20（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

★参加チケット必要(4/1現在 18歳以上) ISG窓口でチケットを購入下さい。



印 紅葉ハイク 体験不可

2025年 12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）

2025/10/25

種目	日付	時間	場所
マルチスポーツ教室 7種目を経験 年少・中/年長～小3	06・13・20（土）	09:00～11:00	剣道場※
キッズ体操教室 幼児・小学生各60分	07（日）	10:00～12:00	柔道場※
バク転&タンフリング 2クラス 各60分		12:10～14:20	
フラッグフットボール 各2クラス開催	01・08・15・22（月）	17:00～20:10	市川小 運動場
	03・10・17・24（水）	17:00～20:10	市川小 体育館
	05・12・19（金）	18:00～20:40	若宮小 体育館
かけっこ/ランニング（水） 全4クラス	03・17・24（水）	15:40～20:45	クラブハウス前※
かけっこ/ランニング（土） 全3クラス	06・13・20（土）	13:15～16:25	市川小 運動場
かけっこ教室 年中～小1	13（土）	10:00～10:50	2体※
	27（土）		剣道場※
千ア（火） ダンス部門	02・09・16・23（火）	17:00～19:05	ふれあいセンター
千ア（土） リーディング部門	06・13・20（土）	14:25～17:40	市川小 体育館
バスケット（School）小3～中3	01・08・15・22（月）	19:15～20:45	一中 体育館
	04・11・18・25（木）		1体※
バスケット（ClubTeam U-15）	https://www.isgbbc.jp/ ←日程はこちら		

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	01・08・15（月）	09:30～10:30	クラブハウス前※
	22（月）		里見公園 藤棚前
バスケ フラス（小2～中3）	14・21（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）