

7月 個人利用予定表

下記表の無記入枠は、団体貸し切り又は主催教室の予定が入っております。

幸スポーツセンター

	大体育室				小体育室				研修室				トレーニング室		
	午前	午後①	午後②	夜間	午前	午後①	午後②	夜間	午前	午後①	午後②	夜間			
1	金	バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00				卓球 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00					ヨガ初級・初中級 14:00-14:50/ 15:00-15:50				○
2	土				エンジョイエアロ 9:15-10:30			バスケットボール 18:30-21:00							○
3	日	バスケットボール 9:00-12:00/12:10-15:10				卓球 9:00-12:00/12:10-15:10									○
4	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10													○
5	火	シェイプアップ 9:15-10:30	リフレッシュ体操 13:15-14:30		バスケ(中・高) 18:30-21:00			バスケ(小) 15:20-18:20	バスケ(大・一般) 18:30-21:00						○
6	水	バレーボール 9:00-12:00					小学生の日 14:00-16:15		エアロ&リンパ 19:30-20:30						○
7	木						パラスポーツ 14:30-15:30								○
8	金	バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00				卓球 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00					ヨガ初級・初中級 14:00-14:50/ 15:00-15:50		ヘルシーヨガ 18:30-19:45		○
9	土				エンジョイエアロ 9:15-10:30			バスケットボール 18:30-21:00							○
10	日	休館日													
11	月	休講	バドミントン・卓球 12:10-15:10												○
12	火	シェイプアップ 9:15-10:30	リフレッシュ体操 13:15-14:30		バスケ(中・高) 18:30-21:00			バスケ(小) 15:20-18:20	バスケ(大・一般) 18:30-21:00						○
13	水	バレーボール 9:00-12:00					小学生の日 14:00-16:15		エアロ&リンパ 19:30-20:30						○
14	木						パラスポーツ 14:30-15:30								○
15	金	バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00				卓球 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00					ヨガ初級・初中級 14:00-14:50/ 15:00-15:50				○
16	土				エンジョイエアロ 9:15-10:30			バスケットボール 18:30-21:00							○
17	日					卓球 9:00-12:00/12:10-15:10									○
18	月	休講													○
19	火	シェイプアップ 9:15-10:30	リフレッシュ体操 13:15-14:30		バスケ(中・高) 18:30-21:00			バスケ(小) 15:20-18:20	バスケ(大・一般) 18:30-21:00						○
20	水	バレーボール 9:00-12:00					小学生の日 14:00-16:15		エアロ&リンパ 19:30-20:30						○
21	木						パラスポーツ 14:30-15:30								○
22	金	バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00				卓球 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00					ヨガ初級・初中級 14:00-14:50/ 15:00-15:50		ヘルシーヨガ 18:30-19:45		○
23	土				エンジョイエアロ 9:15-10:30			バスケットボール 18:30-21:00							○
24	日					バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10									○
25	月	休館日													
26	火	シェイプアップ 9:15-10:30	リフレッシュ体操 13:15-14:30		バスケ(中・高) 18:30-21:00			バスケ(小) 15:20-18:20	バスケ(大・一般) 18:30-21:00						○
27	水	バレーボール 9:00-12:00					小学生の日 14:00-16:15		エアロ&リンパ 19:30-20:30						○
28	木						パラスポーツ 14:30-15:30								○
29	金	バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00				卓球 9:00-12:00/12:10-15:10/15:20-18:20/18:30-21:00					ヨガ初級・初中級 14:00-14:50/ 15:00-15:50				○
30	土				エンジョイエアロ 9:15-10:30			バスケットボール 18:30-21:00							○
31	日														○

■ 開館時間 午前【9:00-12:00】 午後①【12:10-15:10】 午後②【15:20-18:20】 夜間【18:30-21:30】

■ 個人利用料金 小人(20歳以上の学生を含む)¥110 / 1回 大人(20歳以上)¥220 / 1回

■ 休館日 7月10日(月) 7月25日(日)

■ 休講 7月18日(月) 祝日のため休講になります。 7月11日(月)午前 参議院選挙開票所となるため休講になります

■ 祝祭日はスポーツデー、体づくりはありません ■ 太枠… スポーツデー 二重線… 体づくり(指導者あり)