

12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	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					○	
2	木														○	
3	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				○	
4	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					○	
5	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									○
6	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10													○	
7	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	障がい者スポーツ 9:00-12:00						○	
8	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					○	
9	木														○	
10	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		○	
11	土					休講				バスケットボール 18:30-21:00					○	
12	日					バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10									○	
13	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10													○	
14	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	障がい者スポーツ 9:00-12:00						○	
15	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					○	
16	木														○	
17	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				○	
18	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					○	
19	日					卓球 9:00-12:00/12:10-15:10									○	
20	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10													○	
21	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	障がい者スポーツ 9:00-12:00						○	
22	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					○	
23	木														○	
24	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		○	
25	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					○	
26	日					バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10									○	
27	月	休館日														
28	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	障がい者スポーツ 9:00-12:00						○	
29	水	バレーボール 9:00-12:00			閉館		小学生の日 14:00-16:15		閉館				閉館		○ (9:00-18:20)	
30	木	休館日														
31	金	休館日														

■ 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 12月27日(月)・30(木)・31(金) ■ 特別営業日 12月29日(水) 年末時短営業になります。【営業時間 9:00-18:20】

■ 休講 12月11日(土)【エンジョイエアロ】 川崎市主催事業開催のため休講になります。

■ 休講 12月29日(水)【エアロ&リンパ調整】 特別営業日の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)