

9月 個人利用予定表

幸スポーツセンター

※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。

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

■ 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9月27日(月) ■ 祝祭日はスポーツデー、体力づくりはありません 9月20日(月)・9月23日(木) ■ 9月5日(日) バスケット休講

■ 太枠… スポーツデー 二重線… 体力づくり(指導者あり)