

5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	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								○
2	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10												○
3	火	休講				休講								○
4	水	休講				休講								○
5	木													○
6	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			○
7	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						○
8	日				バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10									○
9	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10												○
10	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					○
11	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						○
12	木													○
13	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	○
14	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						○
15	日				卓球 9:00-12:00/12:10-15:10									○
16	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10												○
17	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					○
18	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						○
19	木													○
20	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			○
21	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						○
22	日				バドミントン 9:00-12:00/12:10-15:10									○
23	月	休館日												
24	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					○
25	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						○
26	木													○
27	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	○
28	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						○
29	日													○
30	月	バドミントン・卓球 9:00-12:00/12:10-15:10												○
31	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					○

■ 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(18歳以上の学生を含む)¥110 / 1回 大人(18歳以上)¥220 / 1回

■ 休館日 5月23日(月)

■ 休講 5月3日(火) 5月4日(水) 祝日のため休講になります。

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