

※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	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-				○	
2	土					エンジョイエアロ 9:15-				バスケットボール 18:30-					○	
3	日	バスケットボール 9:00-/12:10-				卓球 9:00-/12:10-									○	
4	月	バドミントン・卓球 9:00-/12:10-														○
5	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-					○	
6	水	バレーボール 9:00-					小学生の日 14:00-		休講						○	
7	木														○	
8	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-		○	
9	土					エンジョイエアロ 9:15-				バスケットボール 18:30-					○	
10	日	バドミントン 9:00-/12:10-				バドミントン 9:00-/12:10-									○	
11	月	バドミントン・卓球 9:00-/12:10-													○	
12	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-					○	
13	水	バレーボール 9:00-					小学生の日 14:00-		エアロ&リンパ 19:30-						○	
14	木														○	
15	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-				○	
16	土					エンジョイエアロ 9:15-				バスケットボール 18:30-					○	
17	日	バドミントン 9:00-/12:10-				卓球 9:00-/12:10-									○	
18	月	バドミントン・卓球 9:00-/12:10-													○	
19	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-					○	
20	水	バレーボール 9:00-					小学生の日 14:00-		エアロ&リンパ 19:30-						○	
21	木														○	
22	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-		○	
23	土					エンジョイエアロ 9:15-				バスケットボール 18:30-					○	
24	日	未定				未定									○	
25	月	休館日														
26	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-					○	
27	水	バレーボール 9:00-					小学生の日 14:00-		エアロ&リンパ 19:30-						○	
28	木														○	
29	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-				○	
30	土					エンジョイエアロ 9:15-				バスケットボール 18:30-					○	
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 10月25日(月) ■ 祝祭日はスポーツデー、体づくりはありません。

■ 未定枠 10月24日(日)【選挙】予定枠 コロナの影響で開催中止となるため未定とさせていただきます。

開催予定が決まり次第ホームページに掲載します。

■ 10月6日(水)【エアロ&リンパ調整】休講 ■ 太枠… スポーツデー 二重線… 体づくり(指導者あり)