

# 【7月度】トレーニング室利用日程・講習会案内

利用可：○ 利用不可：×

| 日   | 曜日 | 午前<br>9時～13時 | 午後<br>13時～17時 | 夜間<br>17時～21時 | 講習会  | 体育館行事          | 駐車場<br>混雑予測  |  |
|-----|----|--------------|---------------|---------------|------|----------------|--------------|--|
| 1日  | 日  | ○            | ○             | ○             |      | 婦人バレーボール大会     | 〔午前・午後〕混雑    |  |
| 2日  | 月  | ○            | ○             | ○             | 10時～ |                |              |  |
| 3日  | 火  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 4日  | 水  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 5日  | 木  | ○            | ○             | ○             | 15時～ |                |              |  |
| 6日  | 金  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 7日  | 土  | ○            | ○             | ○             |      | 日本3on3フロアボール大会 | 〔午後・夜間〕混雑    |  |
| 8日  | 日  | ○            | ○             | ○             | 19時～ | 日本3on3フロアボール大会 | 〔午前・午後・夜間〕混雑 |  |
| 9日  | 月  | 休館日          |               |               |      |                |              |  |
| 10日 | 火  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 11日 | 水  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 12日 | 木  | ○            | ○             | ○             | 10時～ |                |              |  |
| 13日 | 金  | ○            | ○             | ○             |      | 中体連卓球大会準備      | 〔夜間〕混雑       |  |
| 14日 | 土  | ×            | ×             | ○             |      | 中体連卓球大会        | 〔午前・午後・夜間〕混雑 |  |
| 15日 | 日  | ×            | ×             | ○             | 19時～ | 中体連卓球大会        | 〔午前・午後〕混雑    |  |
| 16日 | 月  | ○            | ○             | ○             |      | 中体連卓球大会（予備日）   | 〔午前・午後〕混雑    |  |
| 17日 | 火  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 18日 | 水  | ○            | ○             | ○             | 15時～ |                |              |  |
| 19日 | 木  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 20日 | 金  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 21日 | 土  | ○            | ○             | ○             | 10時～ | ファミリーバドミントン    | 〔午前・午後〕混雑    |  |
| 22日 | 日  | ○            | ○             | ○             |      | ファミリーバドミントン    | 〔午前・午後〕混雑    |  |
| 23日 | 月  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 24日 | 火  | ○            | ○             | ○             | 15時～ |                |              |  |
| 25日 | 水  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 26日 | 木  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 27日 | 金  | ○            | ○             | ○             | 19時～ |                |              |  |
| 28日 | 土  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |
| 29日 | 日  | ○            | ○             | ○             |      | バレーボール大会       | 〔午前・午後〕混雑    |  |
| 30日 | 月  | ○            | ○             | ○             | 10時～ |                |              |  |
| 31日 | 火  | ○            | ○             | ○             |      |                |              |  |

## ◆講習会案内◆

〔受講料〕 100円 〔持ち物〕 運動可能な服装・室内シューズ・タオル

〔その他〕 ・講習開始10分前までに1階ロビーにお集まり下さい。 ・講習時間を過ぎますと受講出来ません。

・講習時間は30～40分程度です。 ・講習会終了後そのままトレーニング室がご利用出来ます。