

【9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 9時～13時	午後 13時～17時	夜間 17時～21時	講習会	体育館行事	駐車場 混雑予測	
1日	金	○	○	○				
2日	土	○	○	○				
3日	日	○	○	○	15時～			
4日	月	○	○	○				
5日	火	○	○	○				
6日	水	○	○	○	19時～			
7日	木	○	○	○				
8日	金	○	○	○				
9日	土	○	○	○	10時～			
10日	日	○	○	○		市民男女混合バレーボール大会	(午前・午後)混雑	
11日	月	休館日						
12日	火	○	○	○	15時～			
13日	水	○	○	○				
14日	木	○	○	○				
15日	金	○	○	○	19時～			
16日	土	○	○	○		体力運動能力調査	(夜間)混雑	
17日	日	○	○	○				
18日	月	○	○	○	10時～			
19日	火	○	○	○				
20日	水	○	○	○				
21日	木	○	○	○	15時～			
22日	金	○	○	○				
23日	土	○	○	○		高体連バドミントン地区予選会	(午前・午後・夜間)混雑	
24日	日	○	○	○	19時～	JOGA イネーショントレーニング 体験会	(午前・午後)混雑	
25日	月	○	○	○				
26日	火	○	○	○				
27日	水	○	○	○	10時～			
28日	木	○	○	○				
29日	金	○	○	○				
30日	土	○	○	○	15時～			

◆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。