

# 2月個人利用(スポーツデー)予定表

※諸事情により急遽変更またはお休みとさせていただきます。予めご了承ください。

		大体育室				小体育室				第1武道室				第2武道室				トレーニング	
		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	午前	午後1	午後2	夜間		
1	木	卓球 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-											剣道 18:30-					○	
2	金	エアロビクス 9:20-							テック&コンバット 19:30-					ヨガ 13:45-/15:20-				○	
3	土																	○	
4	日					卓球/卓球/親子卓球 9:00-/12:10-/15:20-								柔道 9:20-				○	
5	月																	○	
6	火	エアロビクス 9:20-				健康体操 13:20-/14:20-/15:20-												○	
7	水	バドミントン 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-				バレー 13:00-							空手 19:00-					○	
8	木	卓球 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-											剣道 18:30-					○	
9	金	エアロビクス 9:20-							テック&コンバット 19:30-					ヨガ 13:45-/15:20-				○	
10	土					ニューススポーツ 10:00-		マット 15:30-											○
11	日					卓球/卓球/親子卓球 9:00-/12:10-/15:20-								柔道 9:20-				○	
12	月																	○	
13	火	エアロビクス 9:20-				健康体操 13:20-/14:20-/15:20-												○	
14	水	バドミントン 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-				バレー 13:00-							空手 19:00-					○	
15	木	卓球 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-											剣道 18:30-					○	
16	金	エアロビクス 9:20-							テック&コンバット 19:30-					ヨガ 13:45-/15:20-				○	
17	土							マット 15:30-											○
18	日					卓球/卓球/親子卓球 9:00-/12:10-/15:20-								柔道 9:20-				○	
19	月																	○	
20	火	エアロビクス 9:20-				健康体操 13:20-/14:20-/15:20-												○	
21	水	バドミントン 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-				バレー 13:00-							空手 19:00-					○	
22	木	卓球 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-											剣道 18:30-					○	
23	金																	○	
24	土																	○	
25	日					卓球/卓球/親子卓球 9:00-/12:10-/15:20-								柔道 9:20-				○	
26	月	<b>休館日</b>																	
27	火	エアロビクス 9:20-				健康体操 13:20-/14:20-/15:20-												○	
28	水	バドミントン 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-				バレー 13:00-							空手 19:00-					○	
29	木	卓球 9:00-/12:10-/15:20-/18:30-											剣道 18:30-					○	

■利用時間 【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歳以上学生含む)120円/回 大人(18歳以上)240円/回

■休館日 2月26日(月)

■スポーツデーのお休み 2月23日(金・祝) エアロビクス、ヨガ、ボディコンバットテック、ボディコンバット

■マット運動 開催日 2月10日(土)・17日(土) ※2月は第2、3土曜日の開催です。

■ニューススポーツ教室 開催日 2月10日(土)10:00~12:00 ※3月のニューススポーツ教室はお休みです。

◇ボディコンバット「テッククラス」が2月よりスタートします。

【曜日】金曜日 【時間】19:30~19:45 【料金】小人(中学生以上・18歳以上学生含む)120円/回 大人(18歳以上)240円/回

※ボディコンバットは19:45~20:30で行います。なお、テッククラスと続けて参加しても別料金はかかりませんが、テッククラスのみ、または、ボディコンバットのみ参加の場合は、それぞれ料金が発生します。

【スポーツデーとは】

個人でバドミントンや卓球、エアロビクス、ヨガ等の種目ができる開放日のことです。

エアロビクス・健康体操・ヨガ・バレー・ボディコンバットは中学生以上、柔道・空手・剣道・マット運動は小学生から参加ができ、講師が丁寧に指導致します。

バドミントンは6面、卓球は木曜日12台、日曜日10台です。コート数、台数が限られていますので、人数が多い場合はコート、卓球台を他の方と共有でのご利用をお願い致します。