

トレーニングカレンダー2017 10月

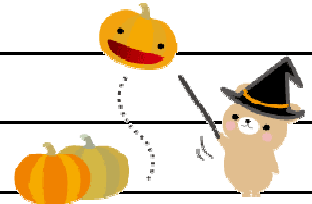


【お知らせ】

①空調及び空気清浄機の関係により、トレーニングルームの窓の**開閉を禁止**します。空調に関してご要望があればアリーナ事務所までお声がけください。

②貴重品等は自己管理して頂くようお願いします。

1	日	須賀川市民体育祭(卓球競技) 800人
2	月	休館日
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	トレーニング入門教室(19:30~21:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
8	日	第41回子どもの祭典 3,000人 子どもの祭典のため、9:00~14:00まで利用できません。
9	月	県南中学生新人卓球大会(団体の部)県大会予選 300人
10	火	休館日
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	マラソン大会準備のため、終日利用できません。
15	日	第35回円谷幸吉メモリアルマラソン大会 4,000人 マラソン大会開催のため、9:00~17:00まで利用できません。



○第35回円谷幸吉メモリアルマラソン大会○

10月15日(日)に第35回大会が開催されます。

参加ランナーの皆様は目標を目指して頑張ってください。

沿道での応援がランナーの力になります。参加されない皆様も当日はぜひご声援をお願いします。

トレーニングルームカレンダー2017 10月

16	月	休館日
17	火	
18	水	
19	木	トレーニング入門教室(19:30~21:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
20	金	
21	土	すかがわ産業フェスティバル 52,000人
22	日	すかがわ産業フェスティバル 52,000人
23	月	休館日
24	火	
25	水	須賀川市愛護育成会交歓会 280人
26	木	
27	金	
28	土	県南中学生選抜卓球大会 500人 トレーニング入門教室(10:30~12:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
29	日	第8回福島県障がい者フットサル大会 150人
30	月	休館日
31	火	

※土日・祝日は各種大会開催のため駐車場が混雑しますので、トレーニング専用駐車場をご利用ください。

◎インストラクターへの相談時間のご案内◎
10月 7日(土)19:00～19:30(西山先生)
10月19日(木)19:00～19:30(郡司先生)
10月28日(土)10:00～10:30(西山先生)

この機会にトレーニングに関する質問や悩み、トレーニングプログラムなど先生に相談してみてもいいでしょうか？