

# トレーニングカレンダー-2017 5月

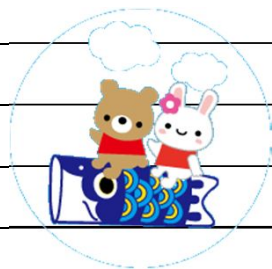


【お知らせ】

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室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	月	休館日
2	火	
3	水	憲法記念日
		第29回 内藤杯 600人
4	木	みどりの日
		第29回 内藤杯 600人
5	金	こどもの日
		中学生学年別卓球選手権県南大会 1,000人
6	土	牡丹祭(一般の部)卓球大会 1,000人
7	日	
8	月	休館日
9	火	
10	水	
11	木	
12	金	
13	土	須賀川市卓球協会選抜強化リーグ大会 300人
14	日	須賀川市民体育祭(トランポリン競技) 100人
		<b>トレーニング入門教室(10:30~12:00)</b> <b>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</b> <b>※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。</b>
15	月	休館日



### ○ランニングクラスご案内○

**5月20日(土)より並木町運動場でランニングクラスを開催します!**

市内在住・在勤の小学4年生から一般の方を対象にランニングの基本技術の習得や運動習慣の形成を目的とした教室内容となっています。ぜひご参加ください!

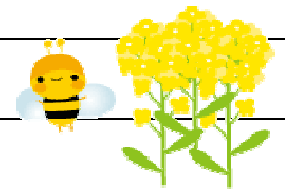
※お申込期限は平成29年5月16日(火)までとなっております。

詳しくはアリーナ窓口等に設置の開催チラシ、またはアリーナ職員までお問い合わせください。

※土日・祝日は各種大会開催のため駐車場が混雑します。専用駐車場をご利用ください。

# トレーニングルームカレンダー2017 5月

16	火	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。
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	須賀川市卓球協会選抜強化リーグ大会 300人
21	日	福島県小中学生学年別卓球選手権大会(中学生の部) 1,000人
22	月	休館日
23	火	
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	牡丹祭(中学生の部)卓球大会 1,000人
28	日	2017バドミントン県中リーグ(春季大会) 200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	月	休館日
30	火	
31	水	福島県中体連総合体育大会岩瀬支部予選(卓球) 180人



## ◎インストラクターへの相談時間◎

5月14日(日)10:00~10:30(西山先生)

5月16日(火)19:00~19:30(郡司先生)

5月28日(日)10:00~10:30(西山先生)

トレーニングに関する相談や悩み、トレーニングメニューなどを相談できます。

※土日・祝日は各種大会開催のため駐車場が混雑します。専用駐車場をご利用ください。