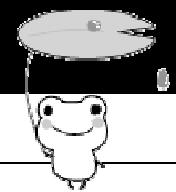
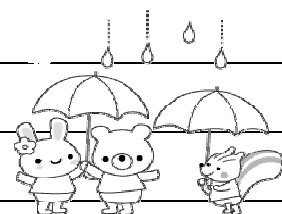


トレーニングカレンダー2017 6月



- 【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	木	福島県中体連総合体育大会岩瀬支部予選(卓球) 180人
2	金	平成29年度福島県高等学校総合体育大会(卓球競技) 300人
3	土	平成29年度福島県高等学校総合体育大会(卓球競技) 300人
4	日	平成29年度福島県高等学校総合体育大会(卓球競技) 300人 トレーニング入門教室(10:30~12:00) この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。 ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
5	月	休館日 ※大会のみの開催になりますのでトレーニングルームはご利用できません。 平成29年度福島県高等学校総合体育大会(卓球競技) 300人
6	火	
7	水	
8	木	
9	金	
10	土	平成29年度うつくしまスポーツキッズ発掘事業第1ステージ発掘テスト 200人
11	日	平成29年度福島県高等学校定時制通信制体育大会(バドミントン) 200人
12	月	休館日
13	火	トレーニング入門教室(19:30~21:00) この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。 ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
14	水	福島県中体連総合体育大会県中地区予選(卓球) 200人
15	木	福島県中体連総合体育大会県中地区予選(卓球) 200人
16	金	



◎トレーニングマシンの更新について◎

今年度一部マシンを更新予定です。

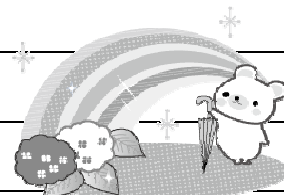
利用者の皆様の意見や希望を参考にさせていただきますので、トレーニングルームに設置のアンケートにご協力ください。



※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 6月

17	土	2017年ナイスハートふれあいのスポーツ広場 400人
18	日	ゴジラカップinすかがわ2017(ドッジボール) 600人
		トレーニング入門教室(10:30~12:00) この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。 ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
19	月	休館日
20	火	
21	水	
22	木	
23	金	
24	土	
25	日	第70回福島県総合体育大会(少林寺拳法競技) 400人
26	月	休館日
27	火	トレーニング入門教室(19:30~21:00) この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。 ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
28	水	
29	木	
30	金	



◎アリーナ60分プログラム◎

岡本バランス研究所 岡本 優紀 先生による体幹トレーニングを実施します。

日程:6月10日(土)10:00~11:00 6月27日(火)19:30~20:30

体の軸の修正や、バランスの整え方をトレーニング形式で学べます。

詳しくは開催チラシ、またはアリーナ窓口までお問い合わせください。

◎インストラクターへの相談時間のご案内◎

6月 4日(日)10:00~10:30(西山先生)

6月13日(火)19:00~19:30(郡司先生)

6月18日(日)10:00~10:30(西山先生)

6月27日(火)19:00~19:30(郡司先生)

上記の時間はインストラクターの先生への相談時間となっております。

質問や相談がございましたらぜひご利用ください。

※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。