

# トレーニングカレンダー2018 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	火	休館日	
2	水		
3	木	憲法記念日 第30回 内藤杯争奪戦 1,000人	
4	金	みどりの日 第30回 内藤杯争奪戦 1,000人	
5	土	こどもの日 中学生学年別卓球選手権県南大会 1,000人	
6	日	牡丹祭卓球大会 1,000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> ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。	
7	月	休館日	
8	火		
9	水		
10	木		
11	金		
12	土	須賀川市卓球協会選抜強化リーグ大会 300人	
13	日	シンクロナイズドトランポリン競技選手権大会 100人	
14	月	休館日	
15	火		

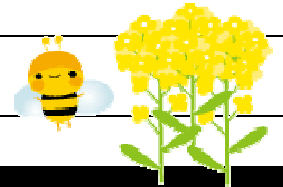
☆各種教室のご案内☆

**5月19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30年5月11日(金)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2018 5月

16	水	
17	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。
18	金	
19	土	牡丹祭卓球大会 1,000人
20	日	福島県小中学校学年別卓球選手権大会 1,000人
21	月	休館日
22	火	
23	水	イトーヨーカドー社内交流大会 200人
24	木	イトーヨーカドー社内交流大会 200人
25	金	
		2018年 ナイスハートふれあいのスポーツ広場 400人
26	土	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。
27	日	2018バドミントン県中リーグ(春季大会) 200人
28	月	休館日
29	火	福島県中体連総合体育大会岩瀬支部予選(卓球) 180人
30	水	福島県中体連総合体育大会岩瀬支部予選(卓球) 180人
31	木	



## ◎インストラクターへの相談時間◎

5月 6日(日)10:00~10:30(西山先生)

5月17日(火)19:00~19:30(郡司先生)

5月26日(土)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。