

トレーニングカレンダー2018 7月



【お知らせ】

①夜間は虫が入るため、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いたします。

1	日	第71回県総体県民スポーツ大会須賀川市予選会 ハレホール競技 300人
2	月	休館日
3	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。
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	須賀川市民体育祭 トランポリン競技 100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。
8	日	須賀川市民体育祭 トランポリン競技 100人
9	月	休館日
10	火	
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	2018バスケットボールジャパンカップU-12 300人
15	日	2018バスケットボールジャパンカップU-12 300人

7月14日(土)12:00~
牡丹台水泳場オープン

オープンを記念して12:00(2部)から無料開放します。
詳細はオープンチラシまたはアリーナ窓口までお問い合わせください。

牡丹台プールプレイデー

7/21(土)、27(金) 9:00~11:00

牡丹台水泳場において、アクアボールや水上ごぞ渡りなどのプールレクリエーションを無料で体験できるイベントです。
詳細は、チラシまたはアリーナ窓口までお問い合わせください。

※チラシは6月下旬発行予定

※土日・祝日は大会開催のため駐車場が混雑がします。トレーニング専用駐車場をご利用ください。

トレーニングカレンダー2018 7月

16	月	海の日 須賀川市卓球協会選抜強化リーグ大会 300人	
17	火	休館日	
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	第8回たかしカップ2018ミニバスケットボール大会 1,000人	
22	日	第8回たかしカップ2018ミニバスケットボール大会 1,000人	
23	月	休館日	
24	火		
25	水		
26	木		
27	金		
28	土	第65回須賀川市夏季少年健全育成球技大会 300人	
29	日	第65回須賀川市夏季少年健全育成球技大会 300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。	
30	月	休館日	
31	火	福島県私立高等学校ハンドボール大会 140人	

◎インストラクターへの相談時間のご案内◎

7月 3日(火) 19:00~19:30(郡司先生)

7月 7日(日) 10:00~10:30(西山先生)

7月19日(木) 19:00~19:30(郡司先生)

7月29日(日) 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！

※土日・祝日は大会開催のため駐車場が混雑がします。トレーニング専用駐車場をご利用ください。