

トレーニングカレンダー2019 9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。

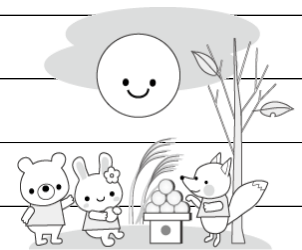
1	日	県南中学生新人卓球大会 700人
2	月	休館日
3	火	
4	水	
5	木	トレーニング入門教室(19:30~21:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
6	金	
7	土	全日本卓球選手権カデットの部福島県大会 800人
8	日	福島県小学生卓球大会強化リーグ大会 200人
9	月	休館日
10	火	
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	トレーニング入門教室(10:30~12:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は3日前までに申し込みが必要です。
15	日	第7回全国小学生一輪車大会 300人
16	月	敬老の日 第7回福島県ママさんバレーボール大会県南予選会 270人

土・日・祝日は、大会・イベントのお客様等で、駐車場が大変混み合います。ご不便をおかけしますが、駐車場混雑時はトレーニング利用者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2019 9月

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29回東北私立高等学校男女バレーボール選手権大会 800人
22	日	第29回東北私立高等学校男女バレーボール選手権大会 800人
23	月	秋分の日 須賀川市民体育祭 卓球競技 300人
24	火	休館日
25	水	福島県中体連岩瀬支部新人総合大会卓球競技 180人
26	木	福島県中体連岩瀬支部新人総合大会卓球競技 180人
27	金	須賀川市等職員共助会バレーボール大会 430人
28	土	市卓球協会選抜協会リーグ大会 400人
29	日	第52回市民体育祭バドミントン競技 180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



◎インストラクターへの相談時間のご案内◎

- 9月 5日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- 9月14日(土) 10:00~10:30(西山先生)
- 9月19日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- 9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たいはかがでしょうか？

※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。