

トレーニングルームカレンダー 2024



～ お知らせ ～

ラポート(ランニングマシン)のベルトに汗の汚れが目立っています。次に使用する方のご迷惑にならないように、タオルでの拭き掃除のご協力お願いいたします。




1	水		
2	木		
3	金	憲法記念日 県内外U15ユースチームバスケットボール大会	
4	土	みどりの日 県内外U15ユースチームバスケットボール大会	
5	日	こどもの日 県内外U15ユースチームバスケットボール大会	
6	月	振替休日 中学学年別県南卓球大会 中学生300人 駐車200台	
7	火	休館日	
8	水		
9	木		
10	金		
11	土	卓球協会選抜強化リーグ大会 中学生300人 駐車200台	
12	日	トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) <u>この時間のご利用はできません。</u> ※参加希望の方は、5/5(日)までに事前申し込みが必要です。	
13	月	休館日	
14	火		
15	水		
16	木	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) <u>この時間のご利用はできません。</u> ※参加希望の方は、5/9(木)までに事前申し込みが必要です。	

※土日・祝日は各種大会開催で駐車場が混雑します。トレーニング専用駐車場をご利用ください。

トレーニングルームカレンダー 2024



17	金	
18	土	牡丹祭卓球大会【中学の部】 一般400人 駐車200台
19	日	福島県中学生学年別卓球選手権大会 中学生400人 駐車300台
20	月	休館日
21	火	
22	水	
23	木	
24	金	
25	土	第44回全日本バレーボール小学生県南大会 小学生300人(25チーム) 駐車200台
26	日	第44回全日本バレーボール小学生県南大会 小学生300人(25チーム) 駐車200台
		トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) <u>この時間のご利用はできません。</u> ※参加希望の方は、5/19(日)までに事前申し込みが必要です。
27	月	休館日
28	火	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) <u>この時間のご利用はできません。</u> ※参加希望の方は、5/21(火)までに事前申し込みが必要です。
29	水	
30	木	
31	金	

◎インストラクターへの相談時間◎

- ①5月12日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ②5月16日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ③5月26日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ④5月28日(火) 19:00~19:30(郡司先生)

トレーニングに関する質問・お悩み・メニューなど、先生に相談することができます！



※土日・祝日は各種大会開催で駐車場が混雑します。トレーニング専用駐車場をご利用ください。