

トレーニングルームカレンダー 2024



～ お知らせ ～

寒暖の差が激しくなってきました。
体調管理に気を付けてトレーニングしてください。

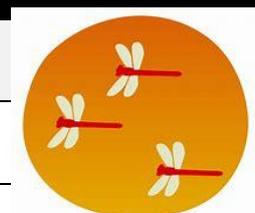
※大会などでトレーニングルームをご利用できない日があります。確認のうえご利用ください！



トレーニングルーム内にご利用者がいない時は照明スイッチをOFFにし、節電にご協力ください。

(公財)須賀川市スポーツ振興協会は持続可能な開発目標(SDGs)に取り組んでいます。

1	金	
2	土	卓球協会県南支部県南中学校新人卓球協会
3	日	文化の日
		卓球協会県南支部県南中学校新人卓球協会 中・高・一般150人 駐車100台
4	月	振替休日
		第13回福島県障がい者フットサル大会 中・高・一般150人 駐車100台
		トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、10/29(火)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。
5	火	休館日
6	水	
7	木	
8	金	<h2 style="color: yellow;">デンソーエアリービーズの試合のため 終日使用できません！</h2>
9	土	
10	日	
11	月	休館日
12	火	
13	水	
14	木	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) ※参加希望の方は、11/7(木)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。
15	金	



※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



16	土	第57回市民体育祭中学生男女バレーボール競技 中学生300人 駐車100台	
17	日	第57回市民体育祭中学生男女バレーボール競技 中学生300人 駐車100台 トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、11/12(火)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。	
18	月	休館日	
19	火		
20	水		
21	木		
22	金		第16回シニアスポーツ交流親善大会(ラバーバレーボール) 350名
23	土	勤労感謝の日	
24	日	ファミリーバドミントン大会	
25	月	休館日	
26	火		
27	水		
28	木	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) ※参加希望の方は、11/21(木)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。	
29	金		
30	土	2024須賀川シンクロナイズド選手権大会 幼小中高一般 40人 駐車40台	

◎インストラクターへの相談時間◎

- ①11月 4日(月) 10:00~10:30(西山先生)
- ②11月14日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ③11月17日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ④11月28日(木) 19:00~19:30(郡司先生)

※トレーニングに関する質問・



* 今月のひとりごと *

★ 出来ない人は……

出来ない理由を考える。

☆ 出来る人は……

どうしたら出来るかを考える!

※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。