

トレーニングルームカレンダー 2022 10 月



【お知らせ】 **新型コロナウイルス感染拡大防止のため、トレーニングルーム利用の際はマスク着用・消毒にご協力をお願いいたします。**

入門教室をお申込みの方は体調チェックシートを配布しますので、受講日までの一週間分を記入し、提出をお願いいたします。

～お知らせ～

大会等でご利用できない期間がありますのでご注意ください。

・ 10/14 (金) ～10/16 (日) 17:30まで利用不可

円谷幸吉メモリアルマラソン大会のため。

・ 10/25 (火) 18:00以降利用不可

アリーナスポーツ大学のため。

日程をご確認のうえ、ご協力をお願いいたします。

1	土	須賀川東フェスティバルミニバスケットボール大会 500人
2	日	須賀川東フェスティバルミニバスケットボール大会 500人
3	月	休館日
4	火	トレーニングマシン入門教室(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、9/27(火)までに事前申し込みが必要です。
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	須賀川市民体育祭卓球競技 300人
9	日	2022福島県社会人バスケットボール選手権大会 300人
10	月	スポーツの日
11	火	休館日
12	水	
13	木	

※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 2022 10月



14	金	マラソン大会準備のため、終日ご利用できません。
15	土	
16	日	第40回円谷幸吉メモリアルマラソン大会 1200人 マラソン大会のため、9:00～17:30はご利用できません。 (※利用時間18:00～19:00以降の予約をお願いします。)
17	月	休館日
18	火	<p style="text-align: center;">◎第40回円谷幸吉メモリアルマラソン大会◎</p> <p>10月16日(日)に第40回大会が開催されます。</p> <p>参加ランナーの皆様は体調万全の上、ご来場お待ちしております。</p> <p>アリーナ周辺やマラソンコース付近は交通規制がありますので、 ご理解とご協力をお願いいたします。</p> 
19	水	
20	木	
21	金	
22	土	
23	日	令和4年度第55回須賀川市民体育祭トランポリン競技 30人 2022バドミントン県中リーグ秋季大会 200人 トレーニングマシン入門教室(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、10/16(日)までに事前申し込みが必要です。
24	月	休館日
25	火	アリーナスポーツ大学のため、18:00～21:00はご利用できません。
26	水	
27	木	トレーニングマシン入門教室(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、10/20(木)までに事前申し込みが必要です。
28	金	
29	土	第55回須賀川市民体育祭中学校男女バレーボール大会 200人
30	日	第55回須賀川市民体育祭中学校男女バレーボール大会 200人
31	月	休館日



◎インストラクターへの相談時間◎

①10月 4日(火) 19:00～19:30(郡司先生)

②10月23日(日) 10:00～10:30(西山先生)

③10月27日(木) 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、
先生に相談してみてもいいでしょうか??

※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。