

# トレーニングルームカレンダー 2022 7 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。**

1	金	福島県総合体育大会 剣道競技 300人
2	土	福島県総合体育大会 剣道競技 300人
3	日	第75回県総体県民スポーツ県中地域大会予選会家庭バレーボール競技 150人 <b>トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00)</b> <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> <b>※参加希望の方は、6/26(日)までに事前申し込みが必要です。</b>
4	月	休館日
5	火	
6	水	
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	第31回全日本ドッジボール選手権福島県予選 400人
11	月	休館日
12	火	
13	水	
14	木	<b>トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00)</b> <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> <b>※参加希望の方は、7/7(木)までに事前申し込みが必要です。</b>
15	金	
16	土	須賀川市卓球協会選抜強化リーグ 300人
17	日	第2回福島県U12サマーカップ選手権大会 ミニバスケット競技 700人
18	月	<b>海の日</b> ゴジラカップ2022すかがわ ドッジボール競技 1,000人



※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 7月



19	火	休館日
20	水	
21	木	
22	金	
23	土	トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。 ※参加希望の方は、7/16(土)までに事前申し込みが必要です。
24	日	
25	月	休館日
26	火	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。 ※参加希望の方は、7/18(月)までに事前申し込みが必要です。
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	


**◎第40回円谷幸吉メモリアルマラソン大会◎**

**10月16日(日) 各種目先着250名にて開催!**

【申込方法】ランネットホームページのみ。

【申込期間】須賀川市民優先エントリー 7/1(金)~7/10(日)  
一般エントリー(市民も可) 7/11(月)~8/7(日)



**詳しくは大会要項またはアリーナ窓口までお問い合わせください!**



**◎インストラクターへの相談時間◎**

- ①7月 3日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ②7月14日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ③7月23日(土) 10:00~10:30(西山先生)
- ④7月26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、先生に相談してみたいはかがありませんか??

※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。