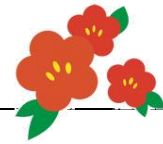


# トレーニングルームカレンダー 2023 1 月



【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。**

## ※年末年始の須賀川アリーナ休館日について※

**2022年12月29日(木)～2023年1月3日(火)**

上記の期間は、休館日となっております。

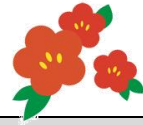
皆様にはご迷惑をおかけしますが、

日程をご確認の上、お間違えないようお願いいたします。

1	日	休館日
2	月	休館日
3	火	休館日
4	水	館内点検のため、9:00～10:00は利用できません。 (※10:30～11:30以降の予約でお願いします。) 市消防団出初式 300人
5	木	福島県ソフトテニス連盟 強化部中学生選抜
6	金	
7	土	第62回新春書道展展席書大会 200人
8	日	第58回協会杯ソフトテニス団体戦 30人
9	月	成人の日 福島県中学校選抜卓球大会 400人
10	火	休館日
11	水	
12	木	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、1/5(木)までに事前申し込みが必要です。
13	金	
14	土	第5回福島県小中学校生卓球選抜リーグ大会 300人
15	日	第35回新春バレーボール大会 380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 2023 1月



16	月	休館日
17	火	
18	水	
19	木	
20	金	
21	土	第35回中学生インドアソフトテニス大会 160人 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、1/14(土)までに事前申し込みが必要です。
22	日	福島県ソフトテニス協会 男子県選抜大会
23	月	休館日
24	火	福島県高校新人体育大会バレーボール競技 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、1/17(火)までに事前申し込みが必要です。
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	県南バスケットボール協会指導者講習会 200人
29	日	県南バスケットボール協会指導者講習会 200人 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、1/22(日)までに事前申し込みが必要です。
30	月	休館日
31	火	

## ◎インストラクターへの相談時間◎

- ①1月12日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ②1月21日(土) 10:00~10:30(西山先生)
- ③1月24日(火) 19:00~19:30(郡司先生)
- ④1月29日(日) 10:00~10:30(西山先生)



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。