



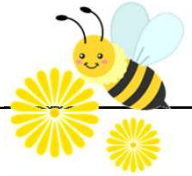
トレーニングルームカレンダー 2023 5月

【お知らせ】 トレーニングルーム利用の際は、ルーム内マシン消毒のご協力をお願いいたします。

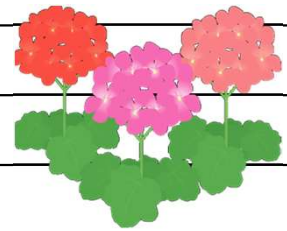
1	月	休館日
2	火	
3	水	憲法記念日 県中地区U12フェスティバル第35回内藤杯争奪戦(バスケットボール) 500人
4	木	みどりの日 県中地区U12フェスティバル第35回内藤杯争奪戦(バスケットボール) 500人
5	金	こどもの日 GPWジュニア交流大会(バドミントン) 300人
6	土	中学生学年別卓球選手権県南大会 男子の部(卓球) 400人
7	日	中学生学年別卓球選手権県南大会 女子の部(卓球) 400人
8	月	休館日
9	火	
10	水	
11	木	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。 ※参加希望の方は、5/4(木)までに事前申し込みが必要です。
12	金	
13	土	須賀川サッカー協会主催大会 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、5/6(土)までに事前申し込みが必要です。
14	日	須賀川市卓球協会選抜強化リーグ大会 300人
15	月	休館日
16	火	

※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 5月



17	水	
18	木	
19	金	
20	土	牡丹祭卓球大会 中学男女の部 500人
21	日	牡丹祭卓球大会 一般の部 300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、5/14(日)までに事前申し込みが必要です。
22	月	休館日
23	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、5/16(火)までに事前申し込みが必要です。
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	2023年ナイスハートふれあいのスポーツ広場 200人
28	日	福島県中学生学年別卓球選手権大会 女子の部 400人
29	月	休館日
30	火	福島県中体連総合体育大会岩瀬支部予選 卓球競技 180人
31	水	福島県中体連総合体育大会岩瀬支部予選 卓球競技 180人



◎インストラクターへの相談時間◎

- ①5月11日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ②5月13日(土) 10:00~10:30(西山先生)
- ③5月21日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ④5月23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。