

トレーニングルームカレンダー 2023



【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消毒にご協力をお願いいたします。**

《トレーニングマシンの使用についてのお願い》

いつもマシンを大切にご使用いただきありがとうございます。
 ルームランナーの走路ベルトに汗シミがついている時があります。
 ご利用後には、ベルトを拭いてからお帰りいただくと助かります。

1	金		◎第41回円谷幸吉メモリアルマラソン大会◎ 10月15日(日)
2	土		
3	日	西袋地区体育祭スポーツフェスタ 1200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、8/27(日)までに事前申し込みが必要です。	
4	月	休館日	
5	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、8/29(火)までに事前申し込みが必要です。	
6	水		
7	木		
8	金		
9	土	第11回たかしカップ2023/バスケットボール大会 500人	
10	日	令和5年度 福島県ソフトバレーボールフェスタ 200人	
11	月	休館日	
12	火		
13	水		
14	木	生涯学習スポーツ課事業のため使用できません。 (18:00~21:00)	
15	金		
16	土	第9回全国小学生一輪車大会 400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



17	日	第9回全国小学生一輪車大会 400人
18	月	敬老の日
		県南中学校選抜強化リーグ卓球大会 500人
19	火	休館日
20	水	
21	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、9/14(木)までに事前申し込みが必要です。
22	金	
23	土	秋分の日
		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、9/17(日)までに事前申し込みが必要です。
		身体障がい者チャリティー東日本大震災支援チャリティー(準備) 1000人
24	日	身体障がい者チャリティー東日本大震災支援チャリティー 1000人
		上記大会のため終日ご利用になれません
25	月	休館日
26	火	福島県中体連岩瀬支部新人総合体育大会卓球競技 180人
27	水	福島県中体連岩瀬支部新人総合体育大会卓球競技 180人
28	木	福島県中体連岩瀬支部新人総合体育大会卓球競技(予備日) 180人
29	金	福島県中体連岩瀬支部新人総合体育大会卓球競技(予備日) 180人
30	土	須賀川市民体育祭トランポリン競技 30人



◎インストラクターへの相談時間◎

- ①9月 5日(火) 19:00~19:30(郡司先生)
- ②9月10日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ③9月21日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ④9月23日(土) 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。