

# 1月 サン町田旭体育館 予定表

			9	12	15	18	21
1	アリーナ A	多目的室	休館日				
(水)	B						
2	アリーナ A	多目的室	休館日				
(木)	B						
3	アリーナ A	多目的室	休館日				
(金)	B						
4	アリーナ A	多目的室	休館日				
(土)	B						
5	アリーナ A	多目的室	町田市剣道連盟 第5回指導者大会	バド			
(日)	B						
6	アリーナ A	多目的室	卓球				
(月)	B						
7	アリーナ A	多目的室	バド	卓球		剣道	
(火)	B		バド	教室	ラテン/エアロ		社交ダンス
8	アリーナ A	多目的室	バド		教室	バド	
(水)	B		健康体操	社交ダンス	エアロ/骨盤		
9	アリーナ A	多目的室	卓球		教室	バレ-	
(木)	B		卓球	なぎなた連盟			
10	アリーナ A	多目的室	バレー	Nスポ	教室	卓球	
(金)	B		健康体操/自重	教室	社交ダンス		
11	アリーナ A	多目的室		F卓球	障がい福祉課 教室	卓球	
(土)	B		健康体操/エアロ		バド		
12	アリーナ A	多目的室	町田市バスケットボール協会 町田市総合バスケットボール選手権大会				
(日)	B						
13	アリーナ A	多目的室	町田市バレーボール連盟 ソフトバレーボール大会				
(月)	B						
14	アリーナ A	多目的室	バド	卓球		剣道	
(火)	B		バド	教室	ラテン/エアロ		社交ダンス

◆「教室」は定期参加スポーツ教室です。  
事前に申込みの上、当選された方が対象です。

## 自由参加スポーツ教室

### ◆卓球

木曜日 → 9:30~11:30

### ◆バドミントン

火曜日 → 9:30~11:30

### ◆健康体操

水曜日 → 12:15~13:05 (1部) 運動量 ☆☆  
 13:30~14:20 (2部) ☆☆  
 金曜日 → 9:00~9:50 (1部) ☆☆  
 10:00~10:50 (2部) ☆  
 土曜日 → 9:00~9:50 (1部) ☆  
 10:00~10:50 (2部) ☆☆☆

### ◆自重トレーニング

金曜日 → 11:00~11:50 ☆☆☆

### ◆筋膜リリース&ストレッチ (会議室)

火曜日 → 19:30~20:15 NEW

### ◆太極拳

第2・第4月曜日 → 9:00~9:50  
 木曜日 → 9:00~9:50

### ◆初級ヨガ

第2・第4月曜日 → 10:00~10:50  
 木曜日 → 10:00~10:50

### ◆中級ヨガ

第2・第4月曜日 → 11:00~11:50  
 木曜日 → 11:00~11:50

### ◆エアロビクス

火曜日 → 13:45~14:35  
 水曜日 → 19:00~19:50  
 土曜日 → 11:00~11:50

### ◆ラテンエアロビクス

火曜日 → 12:15~13:05

### ◆骨盤調整

水曜日 → 20:00~20:30  
 木曜日 → 13:10~13:55 NEW

			9	12	15	18	21
15	アリーナ A	多目的室	バド		教室	バド	
(水)	B		リズム運動連盟	健康体操	社交ダンス	エアロ/骨盤	
16	アリーナ A	多目的室	卓球		教室	バレ-	
(木)	B		卓球	なぎなた連盟			
17	アリーナ A	多目的室	町田市老人クラブ連合会 輪投げ大会				卓球
(金)	B		太極拳/ヨガ	教室	骨盤		社交ダンス
18	アリーナ A	多目的室		F卓球	障がい福祉課 教室	卓球	
(土)	B		健康体操/エアロ		バド		社交ダンス
19	アリーナ A	多目的室	町田市バスケットボール協会 町田市総合バスケットボール選手権大会				
(日)	B						
20	アリーナ A	多目的室	休館日				
(月)	B						
21	アリーナ A	多目的室	バド	卓球		剣道	
(火)	B		バド	教室	ラテン/エアロ		社交ダンス
22	アリーナ A	多目的室	バド		教室	バド	
(水)	B		リズム運動連盟	健康体操	社交ダンス	エアロ/骨盤	
23	アリーナ A	多目的室	卓球		教室	バレ-	
(木)	B		卓球	なぎなた連盟			社交ダンス
24	アリーナ A	多目的室	バレー	Nスポ	教室	卓球	
(金)	B		健康体操/自重	教室	社交ダンス		
25	アリーナ A	多目的室		スポーツ推進委員 主催事業	障がい福祉課 教室	卓球	
(土)	B		健康体操/エアロ		バド		社交ダンス
26	アリーナ A	多目的室	町田市バスケットボール協会 町田市総合バスケットボール選手権大会				
(日)	B		全日本戸山流居合道連盟				
27	アリーナ A	多目的室	卓球	町田市卓球連盟 ラジボール講習会			
(月)	B		太極拳/ヨガ				
28	アリーナ A	多目的室	バド	卓球		剣道	
(火)	B		バド	教室	ラテン/エアロ		社交ダンス
29	アリーナ A	多目的室	バド		教室	バド	
(水)	B		リズム運動連盟	健康体操	社交ダンス	エアロ/骨盤	
30	アリーナ A	多目的室	卓球		教室	バレ-	
(木)	B		卓球	なぎなた連盟			社交ダンス
31	アリーナ A	多目的室	バレー	Nスポ	教室	町田市小学校体育連盟 卓球大会	
(金)	B		健康体操/自重	教室	社交ダンス		

開放枠...  種目

登録団体利用枠...