

# 8月 各種教室・一般公開スケジュール

柔剣道場				
8/11(木・祝)	8/12(金)	8/15(月)	8/16(火)	8/17(水)
お休み	お休み	通常開催	お休み	通常開催
貯筋体操 古典ヨガ	肩こり腰痛予防体操	ストレッチ& ソフトリズム 腹筋同好会 肩こり腰痛予防体操	肩こり腰痛予防体操	ころばん塾

会議室	
8/16(火)	8/17(水)
通常開催	通常開催
ボッチャ一般公開	ピラティス 筋コンディショニング &ストレッチ

アーチェリー場
8/17(水)
通常開催
リアルトレーニング

※スタジオは別紙の  
【期間限定】スケジュールをご覧ください

主競技場	8月8日(月)～8月20日(土)工事のためお休み
一般公開教室 (ソフトエアロビクス・元気ハツラツ・ウォーキングエクササイズ・親子体操・小学生体操・ストレッチ&シェイプ)	
種目別一般公開 (バドミントン・卓球(月)・器械体操・バスケットボール・バレーボール)	
募集制教室 (卓球・バドミントン・サッカー・バレーボール・バスケットボール・トランポリン・器械体操)	