

お盆期間 ご利用案内 (主競技場/柔・剣道場 など)

お盆期間:8/13(月)~8/16(木)

体操教室のご案内 (主競技場/柔・剣道場 など)

日付	会場	教室名	スケジュール
8月13日 月	柔・剣道場	ストレッチ&ソフトリズム	通常通りの開催
		腹筋同好会	
		肩こり腰痛予防体操	
8月14日 火	主競技場	ソフトエアロビクス	通常通りの開催
		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	
8月15日 水	アーチェリー場	リアルトレーニング	通常通りの開催
	会議室	ピラティス	
	主競技場	筋コンディショニング&ストレッチ	
	柔・剣道場	ストレッチ&シェイプ	
8月16日 木	柔・剣道場	ころばん塾	時間変更12:30~13:30開催
		低体力者のための貯筋体操 ヒーリングヨガ	通常通りの開催

主競技場 一般公開のご案内

日付	種目	スケジュール
8月13日 月	卓球(10台・終日)/バドミントン(5面・終日)	通常通りの開催
8月14日 火	器械体操(夜間)	
8月15日 水	バレーボール(午前)/バスケットボール(終日)	
8月16日 木	バドミントン(8面・終日)	