

11月 サン町田旭体育館 予定表

			9	12	15	18	21	
1 (水)	アリーナ	A	バド			教室	バド	
	多目的室	B	教室	自重トレ	健康体	社交ダンス	エアロ	
2 (木)	アリーナ	A	卓球			教室	バレー	
	多目的室	B	太極拳/ヨガ				社交ダンス	
3 (金)	アリーナ	A	バレー	Nスポ			卓球	
	多目的室	B			社交ダンス			
4 (土)	アリーナ	A	団地野球連盟 閉会式	F卓球	教室		卓球	
	多目的室	B	健康体操/エアロ	バド		ダンススポーツ連盟 初心者講習会		
5 (日)	アリーナ	A	町田市バスケットボール協会 市民体育祭					
	多目的室	B						
6 (月)	アリーナ	A	休館日					
	多目的室	B						
7 (火)	アリーナ	A	バド	卓球		教室	剣道	
	多目的室	B	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
8 (水)	アリーナ	A	バド			教室	バド	
	多目的室	B	教室	自重トレ	健康体	社交ダンス	エアロ	
9 (木)	アリーナ	A	卓球			教室	バレー	
	多目的室	B	太極拳/ヨガ				社交ダンス	
10 (金)	アリーナ	A	バレー	Nスポ	教室		卓球	
	多目的室	B	健康体操	教室	社交ダンス			
11 (土)	アリーナ	A	教室	F卓球	教室		卓球	
	多目的室	B	健康体操/エアロ	バド		ダンススポーツ連盟 初心者講習会		
12 (日)	アリーナ	A	町田市バスケットボール協会 市民体育祭					
	多目的室	B						
13 (月)	アリーナ	A	卓球					
	多目的室	B	太極拳/ヨガ					
14 (火)	アリーナ	A	バド	卓球		教室	剣道	
	多目的室	B	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	

			9	12	15	18	21	
15 (水)	アリーナ	A	バド				バド	
	多目的室	B		自重トレ	健康体	社交ダンス	エアロ	
16 (木)	アリーナ	A	卓球			教室	バレー	
	多目的室	B	太極拳/ヨガ				社交ダンス	
17 (金)	アリーナ	A	バレー	Nスポ	教室		卓球	
	多目的室	B	健康体操	教室	社交ダンス			
18 (土)	アリーナ	A	教室	スポーツ課 スポーツにチャレンジ	教室		卓球	
	多目的室	B	健康体操/エアロ	教室	社交ダンス			
19 (日)	アリーナ	A	NPO法人東京都ドッジボール協会 南関東選手権大会					
	多目的室	B						
20 (月)	アリーナ	A	休館日					
	多目的室	B						
21 (火)	アリーナ	A	バド	卓球	教室		剣道	
	多目的室	B	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
22 (水)	アリーナ	A	バド				バド	
	多目的室	B		自重トレ	健康体	社交ダンス	エアロ	
23 (木)	アリーナ	A	町田市バレーボール連盟 親睦ソフトバレーボール大会					バレー
	多目的室	B						社交ダンス
24 (金)	アリーナ	A	バレー	Nスポ			卓球	
	多目的室	B	健康体操		社交ダンス			
25 (土)	アリーナ	A	藤の台卓球クラブ 卓球親睦大会					卓球
	多目的室	B	健康体操/エアロ	教室	社交ダンス			
26 (日)	アリーナ	A	町田市少年少女バレーボール協会 第44回優勝旗争奪 決勝戦バレーボール大会					
	多目的室	B						
27 (月)	アリーナ	A	卓球	卓球連盟 ラウンジ講習会				
	多目的室	B	太極拳/ヨガ					
28 (火)	アリーナ	A	バド	卓球			剣道	
	多目的室	B	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
29 (水)	アリーナ	A	バド				バド	
	多目的室	B		自重トレ	健康体	社交ダンス	エアロ	
30 (木)	アリーナ	A	卓球			教室	バレー	
	多目的室	B	太極拳/ヨガ				社交ダンス	

◆「教室」はスポーツ教室です。
事前に申込みの上、当選された方が対象です。

◆ 自重トレーニング公開指導

水曜日 → 12:15~13:00

◆ 健康体操公開指導

水曜日 → 13:30~14:30 ☆☆ 運動量
 金曜日 → 9:15~10:15 (1部) ☆
 10:45~11:45 (2部) ☆
 土曜日 → 9:15~10:15 ☆☆☆

◆ エアロビクス公開指導

火曜日 → 13:45~14:45
 水曜日 → 19:00~20:00
 土曜日 → 10:45~11:45

◆ ラテンエアロビクス公開指導

火曜日 → 12:15~13:15

◆ 太極拳講習会

第2・第4月曜日 → 9:15~10:15
 木曜日 → 9:15~10:15

◆ ヨーガ講習会

第2・第4月曜日 → 10:45~11:45
 木曜日 → 10:45~11:45

◆ 卓球公開指導

木曜日 → 9:30~11:30

◆ バドミントン公開指導

火曜日 → 9:30~11:30

◆ 公開指導・講習会・・・ 団体利用枠・・・