

12月 サン町田旭体育館 予定表

		9	12	15	18	21
1 (金)	アリーナ A B 多目的室	バレ- 健康体操	Nスポ			卓球 社交ダンス
2 (土)	アリーナ A B 多目的室	教室 健康体操/エアロ	F卓球 バド 教室	教室		卓球 社交ダンス
3 (日)	アリーナ A B 多目的室	町田市剣道祭 少年剣道大会 町田市剣道連盟				
4 (月)	アリーナ A B 多目的室	休館日				
5 (火)	アリーナ A B 多目的室	バド バド	卓球			剣道 社交ダンス
6 (水)	アリーナ A B 多目的室	バド				バド 社交ダンス エアロ
7 (木)	アリーナ A B 多目的室	卓球 太極拳/ヨガ		なぎなた連盟 特別教室 教室		バレ- 社交ダンス
8 (金)	アリーナ A B 多目的室	バレ- 健康体操	Nスポ			卓球 社交ダンス
9 (土)	アリーナ A B 多目的室	教室 健康体操/エアロ	F卓球 バド 教室	教室		卓球
10 (日)	アリーナ A B 多目的室	町田市少年少女バレーボール協会 第19回ソフトバレーボール フェスティバル				
11 (月)	アリーナ A B 多目的室	卓球 太極拳/ヨガ	卓球連盟 ラケット講習会			
12 (火)	アリーナ A B 多目的室	バド バド	卓球			剣道 社交ダンス
13 (水)	アリーナ A B 多目的室	バド				バド 社交ダンス エアロ
14 (木)	アリーナ A B 多目的室	卓球 太極拳/ヨガ			教室	バレ- 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

運動量

水曜日 → 13:30~14:30 ☆☆

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

		9	12	15	18	21
15 (金)	アリーナ A B 多目的室	バレ- 健康体操	Nスポ			卓球 社交ダンス
16 (土)	アリーナ A B 多目的室	教室 健康体操/エアロ	F卓球 バド 教室	教室		卓球 社交ダンス
17 (日)	アリーナ A B 多目的室	F卓球	レクリエーションダンス クリスマス会 町田市レクリエーション協会			
18 (月)	アリーナ A B 多目的室	卓球				
19 (火)	アリーナ A B 多目的室	バド バド	卓球			剣道 社交ダンス
20 (水)	アリーナ A B 多目的室	バド				バド 社交ダンス エアロ
21 (木)	アリーナ A B 多目的室	卓球 太極拳/ヨガ		なぎなた連盟 特別教室		バレ- 社交ダンス
22 (金)	アリーナ A B 多目的室	バレ- 健康体操	Nスポ			卓球 社交ダンス
23 (土)	アリーナ A B 多目的室		F卓球 バド			卓球 社交ダンス
24 (日)	アリーナ A B 多目的室	拳志会 空手道選手権大会				
25 (月)	アリーナ A B 多目的室	卓球			バド	
26 (火)	アリーナ A B 多目的室	バド	卓球			剣道 社交ダンス
27 (水)	アリーナ A B 多目的室	バド				バド 社交ダンス
28 (木)	アリーナ A B 多目的室	休館日				
29 (金)	アリーナ A B 多目的室	休館日				
30 (土)	アリーナ A B 多目的室	休館日				
31 (日)	アリーナ A B 多目的室	休館日				

◆ 公開指導・講習会・・・ 団体利用枠・・・