

10月 サン町田旭体育館 予定表

			9	12	15	18	21	
1	アリーナ	A	休館日					
(月)	多目的室	B						
2	アリーナ	A	バド	卓球		教室	剣道	
(火)	多目的室	B	バド					
		A	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
3	アリーナ	A	教室			教室	バド	
(水)	多目的室	B	バド					
		A	教室	自重トレ	健康体	ダンス講習会	エアロ	
4	アリーナ	A	卓球			教室	バレ-	
(木)	多目的室	B	卓球					
		A	太極拳/ヨガ				社交ダンス	
5	アリーナ	A	バレ-	Nスポ	教室	卓球		
(金)	多目的室	B	バレ-					
		A	健康体操	教室	社交ダンス			
6	アリーナ	A	教室	F卓球	教室	卓球		
(土)	多目的室	B	教室	バド				
		A	健康体操/エアロ		社交ダンス			
7	アリーナ	A	町田市バスケットボール協会 市民体育祭					
(日)	多目的室	B						
8	アリーナ	A	町田市中体連バドミントン部 中学生バドミントン新人大会					
(月)	多目的室	B						
9	アリーナ	A	バド	卓球		教室	剣道	
(火)	多目的室	B	バド					
		A	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
10	アリーナ	A	教室			教室	バド	
(水)	多目的室	B	バド					
		A	教室	自重トレ	健康体	ダンス講習会	エアロ	
11	アリーナ	A	卓球			なぎなた連盟	バレ-	
(木)	多目的室	B	卓球			教室		
		A	太極拳/ヨガ				社交ダンス	
12	アリーナ	A	バレ-	Nスポ	教室	卓球		
(金)	多目的室	B	バレ-					
		A	健康体操	教室	社交ダンス			
13	アリーナ	A	七五三会 みんなのスポーツデー			教室	卓球	
(土)	多目的室	B						
		A	健康体操/エアロ					
14	アリーナ	A	町田市剣道連盟 指導稽古会・模擬審査					
(日)	多目的室	B						

			9	12	15	18	21	
15	アリーナ	A	休館日					
(月)	多目的室	B						
16	アリーナ	A	バド	卓球		教室	剣道	
(火)	多目的室	B	バド					
		A	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
17	アリーナ	A	藤の台卓球クラブ MTC親睦卓球大会			教室	バド	
(水)	多目的室	B						
		A	教室	自重トレ	健康体	ダンス講習会	エアロ	
18	アリーナ	A	卓球			なぎなた連盟	バレ-	
(木)	多目的室	B	卓球			教室		
		A	太極拳/ヨガ			高齢者福祉課	社交ダンス	
19	アリーナ	A	バレ-	Nスポ	教室	卓球		
(金)	多目的室	B	バレ-					
		A	健康体操	教室	社交ダンス			
20	アリーナ	A	教室	スポーツ課 スポーツにチャレンジ		卓球		
(土)	多目的室	B	教室					
		A	健康体操/エアロ		社交ダンス			
21	アリーナ	A	少林寺拳法協会 市民体育祭					
(日)	多目的室	B						
22	アリーナ	A	卓球	卓球連盟 ラッポ-ル講習会				
(月)	多目的室	B	卓球					
		A	太極拳/ヨガ					
23	アリーナ	A	バド	卓球	教室	剣道		
(火)	多目的室	B	バド					
		A	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
24	アリーナ	A	教室			教室	バド	
(水)	多目的室	B	バド					
		A	教室	自重トレ	健康体	ダンス講習会	エアロ	
25	アリーナ	A	卓球			教室	バレ-	
(木)	多目的室	B	卓球					
		A	太極拳/ヨガ				社交ダンス	
26	アリーナ	A	バレ-	Nスポ	教室	卓球		
(金)	多目的室	B	バレ-					
		A	健康体操	教室	社交ダンス			
27	アリーナ	A	健育委員会 みんなであそぼう会		F卓球	教室	卓球	
(土)	多目的室	B			バド			
		A	健康体操/エアロ			社交ダンス		
28	アリーナ	A	町田市バスケットボール協会 市民体育祭					
(日)	多目的室	B						
29	アリーナ	A	卓球	卓球連盟 ラッポ-ル講習会				
(月)	多目的室	B	卓球					
		A	バド	卓球		教室	剣道	
30	アリーナ	A	バド					
(火)	多目的室	B	バド					
		A	教室	ラテン	エアロ		社交ダンス	
31	アリーナ	A	教室			教室	バド	
(水)	多目的室	B	バド					
		A	教室	自重トレ	健康体	ダンス講習会	エアロ	

◆「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・・・