

# 2021年1月 スポーツデー予定表

再開後初めてのご利用の場合、  
「利用者カード」の発行が必要です。  
ご利用の際は必ず「利用者カード」をご提示下さい。

利用料金 大人:220円 小人・学生:110円

学生の方は、学生証のご提示が必要です。

☆「スポーツデー」とは予約なしで参加ができる個人利用日のことです。曜日ごとに開催する種目が設定されています。使用用具は各自でご持参ください。(有料レンタルあります)

※トレーニング室の利用には別途料金が必要です。

◇マーク⇒講師あり

日	月	火	水	木	金	土
	4	5	6	7	8	9
	卓球(大体育室) 12:10~15:00(※1) 15:20~18:10 18:30~20:50	◇リフレッシュ体操 (大体育室) 9:00~10:30 ◇ソフトリフレッシュ体操 (大体育室) 10:40~11:40	バドミントン(大体育室) 12:25~15:00(※2) 15:20~17:55 ◇太極拳(※3) (小体育室) 13:25~14:40	◇エアロビクス (大体育室) 11:00~12:00		◇シェイプアップエアロ (小体育室) 19:40~20:40
10	11	12	13	14	15	16
	成人の日 スポーツデーは お休み	◇リフレッシュ体操 (大体育室) 9:00~10:30 ◇ソフトリフレッシュ体操 (大体育室) 10:40~11:40	バドミントン(大体育室) 12:25~15:00(※2) 15:20~17:55 ◇太極拳(※3) (小体育室) 13:25~14:40	◇エアロビクス (大体育室) 11:00~12:00		◇シェイプアップエアロ (小体育室) 19:40~20:40
17	18	19	20	21	22	23
	卓球(大体育室) 12:10~15:00(※1) 15:20~18:10 18:30~20:50	◇リフレッシュ体操 (大体育室) 9:00~10:30 ◇ソフトリフレッシュ体操 (大体育室) 10:40~11:40	バドミントン(大体育室) 12:25~15:00(※2) 15:20~17:55 ◇太極拳(※3) (小体育室) 13:25~14:40	◇エアロビクス (大体育室) 11:00~12:00		◇シェイプアップエアロ (小体育室) 19:40~20:40
24	25	26	27	28	29	30
	休館日	◇リフレッシュ体操 (大体育室) 9:00~10:30 ◇ソフトリフレッシュ体操 (大体育室) 10:40~11:40	バドミントン(大体育室) 9:30~12:00 12:25~15:00(※2) 15:20~17:55 ◇太極拳(※3) (小体育室) 13:25~14:40	◇エアロビクス (大体育室) 11:00~12:00		
31	1月1日(金) } 年始 休暇 1月2日(土) } 1月3日(日) } 1月4日(月) 通常営業		★当面的間、小体育室は講師を含め25名とします。 ★講師なしのスポーツデーは、スタッフで消毒作業・換気を行うため、通常の10分前で終了いたします。		★バスケットボールは当面的間、中止となります。 ★毎月第3水曜日のバドミントンのお相手は当面的間、中止させていただきます。 ※状況によっては、急きょ予定が変更・中止になる場合があります。予めご了承下さい。	

(※1)卓球の12:10~15:00の回は抽選を行います。12:05までに2階観覧席にお集まりください。抽選時に23組以上の方がいらした場合はその回に限り途中入場をお断りする事もございます。

(※2)バドミントンの12:25~15:00の回に限り、12:20までに2階観覧席にお集まりください。各回について、混雑時には途中入場をお断りする事もございます。

(※3)太極拳は、前日予約制となります。前日10:00~20:00までにお電話(044-976-6350)もしくはご来館のうえご予約下さい。なお、先着24名とさせていただきます。

※卓球は、当面的間、シングルスのみでのご利用となります。