

2022年12月 スポーツデー予定表

ご利用の際は必ず「利用者カード」をご提示下さい。
※小学生の方の発行については、保護者の方の同伴が必要です。

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
18	19	20	21	22	23	24
	卓球 12:10~15:00(※1) 15:20~18:10 18:30~20:50 大体育室半面を 団体利用といたします。	◇リフレッシュ体操 13:40~15:10 ◇ソフトリフレッシュ 体操 15:20~16:20	バドミントン 12:25~15:00(※2) 15:20~17:55	バスケットボール シュート練習のみ(※3) ●シュート練習のみとし、 試合をしてはいけません ●マスクは必ず着用の事	◇ユニバーサル スポーツデー 【障がい者スポーツデー】 (ポッチャ) 15:30~17:30 ◇エアロビクス 18:45~19:45	◇シェイプアップ エアロ 19:40~20:40
25	26	27	28			
	休館日		バドミントン 9:30~12:00 12:25~15:00(※2) 15:20~17:55			

(※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こともございます。

(※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こともございます。
9:30~の回がある時も密を防ぐため、2階観覧席にお集まり下さい。

(※3)バスケットボールは時間帯により対象者を限定しています。
17:40~18:35⇒小学生 18:45~19:40⇒中学生 19:50~21:00⇒高校生・一般

川崎市宮前スポーツセンター (044-976-6350)