

総合体育館カレンダー

平成30年

7月

日	月	火	水	木	金	土
1 ●■ 朝霞地区バレーボール大会 講習 / ST	2 ■ 講習 / ST	3 ♣ ◎ 講習 / ST	4 ★ ◎ 講習 / ST	5 ★ 講習 / ST	6 ◆ 講習	7 ▲ 講習 / ST
8 ●■ あさかられあい記念大会 (ミニテニス) 講習 / ST	9 休館日 体育館はお休みです。	10 ♣ ◎ 講習 / ST	11 ■ ◎ 講習 / ST	12 ■ 講習 / ST	13 講習	14 ▲ 講習 / ST
15 ●■ 第54回国際玄制流 武徳会全国大会(空手道) 講習 / ST	16 ■ 講習 / ST	17 ♣ ◎ 講習 / ST	18 ■ ◎ 講習 / ST	19 ■ 講習 / ST	20 講習	21 ●▲ 関東バスケットボール 社会人リーグ戦 講習 / ST
22 ●■ 朝霞地区剣道連盟剣道大会 講習 / ST	23 ■ 講習 / ST	24 ♣ ◎ 小学生スポーツ教室 講習 / ST	25 ■ ◎ 小学生スポーツ教室 講習 / ST	26 ■ 小学生スポーツ教室 講習 / ST	27 講習	28 ▲ 講習 / ST
29 ■ 講習 / ST	30 ■ 講習 / ST	31 ♣ ◎ 小学生卓球教室 講習 / ST				

表中記号講習 ⇒ トレーニング講習会 ST ⇒ ショートタイムエクササイズ ◎ ⇒ 個人開放 ● ⇒ ランニングコース使用不可

◆ ★ ■ ▲ ☆ ♣ ⇒ フリースペース使用不可

※講習会・ショートタイムエクササイズの詳細は裏面をご覧ください。
なお、ショートタイムエクササイズ開催時間の前後15分は準備及び片付けのためフリースペースがご利用できない事があります。

お知らせ
※土日等の大会開催時は、特に駐車場の混雑が予想されますのでご注意ください。
<7/8(日)~7/20(金)は高校野球開催の為駐車場の混雑が予想されます。>
※7月よりトレーニング利用登録の更新がはじまります。

フリースペース使用不可時間	
◆ 9:15~10:45	▲ 13:45~15:00
★ 9:15~12:00	☆ 13:15~16:00
■ 10:45~12:00	♣ 19:15~20:30

個人開放利用時間			
火曜日	(第1部)	13:00~15:00	(第2部) 15:00~17:00
水曜日	(第1部)	17:30~19:30	(第2部) 19:30~21:30
注意	①第1部、2部入替制 ②19:30からは中学生以下は保護者同伴です。 ③休館日や祝日、大会、事業等が開催の場合は、個人開放は中止となります。		

※体育館では中学生以下の午後6時以降の利用については、水曜日の個人開放の第1部を除いて保護者の同伴が必要です。