

# 総合体育館カレンダー

平成30年

3月

日	月	火	水	木	金	土
				1 ■	2	3 ▲
				講習 / ST	講習	講習 / ST
4 ●■ チャレンジカップ大会 (バレーボール) 講習 / ST	5 ■ 講習 / ST	6 ♣ ◎ 講習 / ST	7 ■ ◎ 講習 / ST	8 ■ 講習 / ST	9 講習	10 ▲ 講習 / ST
11 ●■ 市総体空手道大会 講習 / ST	12 休館日 体育館はお休みです。	13 ♣ 講習 / ST	14 ■ ◎ 講習 / ST	15 ■ 講習 / ST	16 講習	17 ●▲ 朝霞市T・O講習会 (ミニバス) 講習 / ST
18 ●■ 市総体小・中学生 バレーボール大会 講習 / ST	19 ■ 講習 / ST	20 ♣ ◎ 講習 / ST	21 ●■ 朝霞市内新人戦 (ミニバス) 講習 / ST	22 ■ 講習 / ST	23 講習	24 ▲ 講習 / ST
25 ●■ キッズチャレンジ事業 南部地区剣道講習会 講習 / ST	26 ■ 講習 / ST	27 ♣ ◎ 講習 / ST	28 ■ ◎ 講習 / ST	29 ■ 講習 / ST	30 講習	31 ▲ 講習 / ST

表中記号 講習 ⇒ トレーニング講習 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。

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。