

# 総合体育館カレンダー

平成29年

11月

日	月	火	水	木	金	土
			1 ★ ◎	2 ■	3 ● スポ少運動適正テスト	4 ●▲ ママさんバレーボール 大会(予選会)
			講習 / ST	講習 / ST	講習	講習 / ST
5 ●■ 市総体バスケットボール大会	6 ■	7 ♣ ◎	8 ★ ◎	9 ■	10	11 ●▲ バトミントン講習会 小学生スポーツ教室
講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習	講習 / ST
12 ●■ 市総体バスケットボール大会	13 休館日 体育館はお休みです。	14 ♣ ◎	15 ★ ◎	16 ■	17	18 ●▲ 関東実業団バスケットボール 選手権大会
講習 / ST		講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習	講習 / ST
19 ●■ 市総体バスケットボール大会 朝霞地区体協連剣道大会	20 ■	21 ♣ ◎	22 ★ ◎	23 ● 朝霞市ロードレース大会 ～午前中交通規制有～ (午後1時迄使用不可)	24	25 ●▲ 秋季ミニテニス交流大会 小学生スポーツ教室
講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習	講習 / ST
26 ●■ 市総体男子バレーボール大会	27 ■	28 ♣ ◎	29 ■ ◎	30 ■		
講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	講習 / ST	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  
※23日(木)はロードレース大会の為、  
トレーニング室及び 体育館のご利用は、午後1時からとなります。  
※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留意ください。

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。