

# 総合体育館カレンダー

平成30年

6月

日	月	火	水	木	金	土
					1 ◆	2 ▲
					講習	講習 / ST
3 ●■ バスケットボール連盟 交歓大会 講習 / ST	4 ■ 講習 / ST	5 ♣ ◎ 講習 / ST	6 ★ ◎ 講習 / ST	7 ★ 講習 / ST	8 ◆ 講習	9 ●▲ 関東実業団 バスケットボールリーグ戦 講習 / ST
10 ●■ バスケットボール連盟交歓大会 剣道連盟練習会 講習 / ST	11 休館日 体育館はお休みです。	12 ♣ ◎ 講習 / ST	13 ★ ◎ 講習 / ST	14 ★ 講習 / ST	15 ◆ 講習	16 ▲ スポ少育成母集団研修会 講習 / ST
17 ●■ 中体連朝霞地区総合 体育大会（卓球） 講習 / ST	18 ●■ 中体連朝霞地区総合 体育大会（卓球） 講習 / ST	19 ●♣ 中体連朝霞地区総合 体育大会（卓球） 講習 / ST	20 ★ ◎ 講習 / ST	21 ★ 講習 / ST	22 ◆ 講習	23 ▲ 小学生スポーツ教室 講習 / ST
24 ●■ 朝霞市民卓球クラブ大会 講習 / ST	25 ■ 講習 / ST	26 ♣ ◎ 講習 / ST	27 ★ ◎ 講習 / ST	28 ★ 講習 / ST	29 ◆ 講習	30 ▲ 小学生スポーツ教室 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。

**※ 6月よりトレーニングルーム利用時のカード忘れ・再発行の受付方法が変更になります。**  
※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。