

2018年5月 町田市立総合体育館 予定表



注：空白部分は団体専用利用枠です。
『まちだ施設案内予約システム』にて
ご予約のうえご利用ください。
※予約には事前の登録が必要です。

◇都合により予定が急遽変更になることが
あります。
『まちだ施設案内予約システム』で
必ず最新の情報をご確認ください。

		9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	
		1 (火)				2 (水)				3 (木)				4 (金)				5 (土)				6 (日)					
メイン	A	Nテニス	バド		バド	バド	バド	バド	フットサルスクール																		
	B	Sバレー					Mテニス																				
	C	バスケ																									
サブ	A				教室		バレー		卓球																		
	B																										
小体育室		卓球	はじめてエアロ	卓球		教室			社交ダンス																		
武道場	第1																										
	第2																										
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	和弓	アーチェリー	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓



バドミントン連盟
第49回青少年の日大会

バド

F卓球
卓球

和弓

		9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21			
		7 (月)				8 (火)				9 (水)				10 (木)				11 (金)				12 (土)				13 (日)			
メイン	A						Nテニス	バド	バド	バド	バド																		
	B						Sバレー																						
	C						バスケ																						
サブ	A																												
	B																												
小体育室							卓球	卓球	エアロ	教室																			
武道場	第1																												
	第2						健康体操	教室		教室																			
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	和弓	アーチェリー	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓		

休館日

		9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21			
		14 (月)				15 (火)				16 (水)				17 (木)				18 (金)				19 (土)				20 (日)			
メイン	A	Nスポ					Nテニス	バド	バド	バド	バド																		
	B						Sバレー																						
	C						バスケ																						
サブ	A																												
	B																												
小体育室							卓球	卓球	エアロ	教室																			
武道場	第1						シェイプボディ																						
	第2						のびのび健康	教室	ヨガ	健康体操	教室	柔道	教室																
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓		

休館日

		9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21	9	12	15	18	21			
		21 (月)				22 (火)				23 (水)				24 (木)				25 (金)				26 (土)				27 (日)			
メイン	A						Nテニス	バド	バド	バド	バド																		
	B						Sバレー																						
	C						バスケ																						
サブ	A																												
	B																												
小体育室							卓球	卓球	エアロ	教室																			
武道場	第1																												
	第2						健康体操	教室		教室																			
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓	和弓		

ジョギングコース中止のお知らせ

右記の日は、大会などによりご利用いただけません。
ただし、日付の前に☆印の日は18時～21時ご利用になれます。
// ◇印の日は9時～15時ご利用になれます。
// ●印の日は9時～18時ご利用になれます。

- ☆ 3日 (木)
- ☆ 10日 (木)
- ☆ 19日 (土)
- ☆ 27日 (日)
- ◇ 4日 (金)
- ◇ 12日 (土)
- ◇ 20日 (日)
- ◇ 28日 (月)
- 5日 (土)
- ☆ 13日 (日)
- 25日 (木)
- 29日 (火)
- 6日 (日)
- 18日 (金)
- 26日 (土)



◆公開指導

のびのび健康づくり体操	月曜日	13:30～14:30
シェイプボディ	月曜日	10:00～11:00
ヨガ	月曜日	19:30～20:30
	金曜日	15:00～16:00
	土曜日	10:45～11:45
健康体操	火曜日	① 9:15～10:15 ② 10:45～11:45
	火曜日	19:00～20:00
エアロピクス	木曜日	10:30～11:30
	金曜日	13:30～14:30
健康太極拳	木曜日	9:15～10:15
手ぬぐい体操	木曜日	① 12:15～13:15 ② 13:45～14:45
	木曜日	13:30～14:30
アンチエイジング体操	金曜日	9:15～10:15
リズム体操	土曜日	9:15～10:15

5月のお楽しみフィットネスプログラム

『はじめてエアロ』

今月のお楽しみプログラムは「はじめてエアロ」です。エアロピクス未経験者・初心者を対象とした基本的なステップや振り付けを楽しんでいただけるプログラムです。音楽に合わせて動くことが好きな方やじっくりと汗をかきたい方におススメです。ぜひご参加ください！

日時：2018年5月1日(火) 13:30～14:30
参加費：無料
持ち物：運動できる服装、タオル、飲み物、室内シューズ
対象：町田市市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
※当日直接会場へお越しください。
※定員はありませんが、参加者多数の場合人数を制限させていただきます。
ご了承のほどよろしくお願い申し上げます。

