2018年 6月　町田市立総合体育館　予定表

6月のお楽しみフィットネスプログラム
『ピラティス』

ピラティスは「シンキング・エクササイズ」とも言われ、ご自身の動きを意識し、理想的でしなやかな身体をつくるためのエクササイズです。正しい呼吸を行ない、身体の中心にある【コア】を鍛えて無理なく身体を整えていきましょう！ご参加をお待ちしています！

日　時：2018年 6月 24日（日）　10: 30 ～ 11 : 30
場　所：第二武道場
参加費：無料
持ち物：運動できる服装、タオル、飲み物
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くことがあります。ご了承のほどよろしくお願いいたします。

◆ 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	火曜日	②10：45 ～ 11：45
エアロビクス	火曜日	19：00 ～ 20：00	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	木曜日	②13：45 ～ 14：45
アンチエイジング体操	金曜日	13：30 ～ 14：30		
リズム体操	土曜日	9：15 ～ 10：15		

◇ 火曜日の健康体操、木曜日の手ぬぐい体操は2部制の完全入れ替え制です。

◇ 土曜日15～18時の第２武道場の小・中学生柔道公開指導と合気道開放は並行して行います。

1（金）

		9	12	15	18	21
メイン	A	教室	バド		バド	
	B					
	C					
サブ	A	バド				
	B					
小体育室		卓球	エアロ	卓球		
武道場	第1	教室			剣道	
	第2	教室	アンチエイジング	ヨガ	教室	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

2（土）

		9	12	15	18	21
メイン	A	町田サッカー協会 フットサルＭＦＡ大会				
	B					
	C					
サブ	A	教室		バド	教室	
	B					
小体育室		教室	一般体操・リズム運動講座 公開講座	Ｆ卓球 卓球	少林寺拳法協会 夏の合同練習及び昇級試験	
武道場	第1					
	第2	リズム	ヨガ	小中柔道	合気道	
和洋弓場		教室（和）	アーチェリー	アーチェリー協会 小中学生 アーチェリー教室	和弓	

3（日）

		9	12	15	18	21
メイン	A	空手道連盟 町田市オープン選手権大会				
	B					
	C					
サブ	A	東京都ソフトバレーボール連盟 春季ソフトバレーボール フェスティバル No.2				
	B					
小体育室		Ｆ卓球 卓球		Ｆ卓球 卓球	社交ダンス	
武道場	第1	空手道連盟町田市オープン選手権大会			剣道	
	第2				合気道	
和洋弓場		弓道連盟 あやめ弓道大会			アーチェリー	

4（月）

		9	12	15	18	21
メイン	A	休館日				
	B					
	C					
サブ	A					
	B					
小体育室						
武道場	第1					
	第2					
和洋弓場						

5（火）

		9	12	15	18	21
メイン	A	Nテニス	バド		バド	
	B	Sバレー				
	C	バスケ				
サブ	A	バドミントン連盟 第39回レディース親睦大会				
	B					
小体育室		卓球		卓球	エアロ	
武道場	第1					
	第2	健康体操		教室	柔道	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

6（水）

		9	12	15	18	21
メイン	A	卓球連盟 第26回町田市近郊女子ダブルス卓球大会				
	B					
	C					
サブ	A	バレー	レクリエーション協会 盆踊り講習会		卓球	
	B					
小体育室		教室			社交ダンス	
武道場	第1			チアリーディングスクール		
	第2	教室				
和洋弓場		アーチェリー	弓道連盟 師範特別教室		和弓	

7（木）

		9	12	15	18	21
メイン	A	卓球	Nテニス			
	B		Mテニス			
	C		Sバレー	バスケ		
サブ	A	太極拳	エアロ	卓球	教室	バレー
	B			バドミントンジュニアトリプルス		
小体育室				卓球		
武道場	第1					
	第2		手ぬぐい		柔道	
和洋弓場		アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	

8（金）

		9	12	15	18	21
メイン	A	ベスカドーラ町田	バド			
	B				バド	
	C					
サブ	A	バド				
	B					
小体育室		卓球	エアロ	卓球		
武道場	第1	教室			剣道	
	第2	教室	アンチエイジング	ヨガ	教室	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

9（土）

		9	12	15	18	21
メイン	A	中体連卓球部 町田市中学校卓球選手権大会				
	B					
	C					
サブ	A	卓球連盟 ラージボール講習会			バド	教室
	B					
小体育室		教室	一般体操・リズム運動講座 公開講座	Ｆ卓球 卓球	社交ダンス	
武道場	第1	教室		なぎなた連盟 特別教室		
	第2	リズム	ヨガ	小中柔道	合気道	
和洋弓場		教室（和）	アーチェリー協会 講習会	アーチェリー協会 小中学生 アーチェリー教室	和弓	

10（日）

		9	12	15	18	21
メイン	A	Ｆリーグプレマッチ ASVペスカドーラ町田 VS バルドラール浦安				
	B	【14：00 キックオフ】				
	C	☆観戦にはチケットが必要です				
サブ	A					
	B					
小体育室		Ｆ卓球 卓球		Ｆ卓球 卓球		
武道場	第1					
	第2	ASVペスカドーラ町田				
和洋弓場		弓道連盟 五地区対抗弓道大会			アーチェリー	

11（月）

		9	12	15	18	21
メイン	A	Ｎスポ		フットサルスクール		
	B					
	C			バスケ		
サブ	A	バド				
	B					
小体育室			卓球			
武道場	第1	シェイプボディ				
	第2		のびのび健康	教室	ヨガ	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	

12（火）

		9	12	15	18	21
メイン	A	Nテニス	バド		バド	
	B	Sバレー				
	C	バスケ				
サブ	A			教室		
	B					
小体育室		卓球		卓球	エアロ	
武道場	第1					
	第2	健康体操		教室		
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

13（水）

		9	12	15	18	21
メイン	A	バド	バド		サッカー協会	
	B		Mテニス			
	C	バド				
サブ	A	バレー	ラブオール町田地域卓球交流会		卓球	
	B					
小体育室		教室			社交ダンス	
武道場	第1			チアリーディングスクール		
	第2	教室				
和洋弓場		アーチェリー	アーチェリー		和弓	

14（木）

		9	12	15	18	21
メイン	A	卓球	Nテニス			
	B		Mテニス			
	C		Sバレー	バスケ		
サブ	A	太極拳	エアロ	卓球	教室	バレー
	B			バドミントンジュニアトリプルス		
小体育室				卓球		
武道場	第1				剣道連盟 町剣稽古会	
	第2		手ぬぐい		柔道	
和洋弓場		アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	

15（金）

		9	12	15	18	21
メイン	A	教室	バド			
	B				バド	
	C					
サブ	A	バド				
	B					
小体育室		卓球	エアロ	卓球		
武道場	第1	教室			剣道	
	第2	教室	アンチエイジング	ヨガ	教室	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

16（土）

		9	12	15	18	21
メイン	A	卓球連盟 第16回町田市近郊ラージボール卓球大会				
	B					
	C					
サブ	A	教室		バド	教室	
	B					
小体育室		教室	一般体操・リズム運動講座 公開講座	Ｆ卓球 卓球		
武道場	第1					
	第2	リズム	ヨガ	小中柔道	合気道	柔道
和洋弓場		教室（和）	アーチェリー	アーチェリー	和弓	

17（日）

		9	12	15	18	21
メイン	A	バドミントン連盟 第7回ジュニアオープン大会				
	B					
	C					
サブ	A					
	B					
小体育室		Ｆ卓球 卓球		Ｆ卓球 卓球	社交ダンス	
武道場	第1	ジャクパ剣道クラブ 前期剣道大会			剣道	
	第2				合気道	
和洋弓場		弓道連盟 錬成会	アーチェリー	アーチェリー協会 小中学生 アーチェリー教室	和弓	

18（月）

		9	12	15	18	21
メイン	A	休館日				
	B					
	C					
サブ	A					
	B					
小体育室						
武道場	第1					
	第2					
和洋弓場						

19（火）

		9	12	15	18	21
メイン	A	Nテニス	日本健康太極拳協会 第28回武相支部太極拳の集い		バド	
	B	Sバレー				
	C	バスケ				
サブ	A			教室		
	B					
小体育室		卓球		卓球	エアロ	
武道場	第1					
	第2	健康体操		教室	柔道	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

20（水）

		9	12	15	18	21
メイン	A	バド	バド	フットサルスクール		
	B		Mテニス			
	C	バド				
サブ	A	バレー			卓球	
	B					
小体育室		教室		チアリーディングスクール	社交ダンス	
武道場	第1					
	第2	教室				
和洋弓場		アーチェリー	弓道連盟 師範特別教室		和弓	

21（木）

		9	12	15	18	21
メイン	A	卓球	Nテニス			
	B		Mテニス			
	C		Sバレー	バスケ		
サブ	A	太極拳	エアロ	卓球	教室	バレー
	B					
小体育室				卓球		
武道場	第1					
	第2		手ぬぐい		柔道	
和洋弓場		アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	

22（金）

		9	12	15	18	21
メイン	A	教室	バド			
	B				バド	
	C					
サブ	A	バド				
	B					
小体育室		卓球	エアロ	卓球		
武道場	第1	教室			剣道	
	第2	教室	アンチエイジング	ヨガ	教室	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

23（土）

		9	12	15	18	21
メイン	A	ママさんバレーボール連盟 小田急杯第19回大会				
	B					
	C					
サブ	A			バド	教室	
	B					
小体育室			一般体操・リズム運動講座 公開講座	Ｆ卓球 卓球	社交ダンス	
武道場	第1	教室				
	第2	リズム	ヨガ	小中柔道	合気道	柔道
和洋弓場		教室（和）	アーチェリー	アーチェリー協会 小中学生 アーチェリー教室	和弓	

24（日）

		9	12	15	18	21
メイン	A	バレーボール連盟 夏季大会				
	B					
	C					
サブ	A					
	B					
小体育室		Ｆ卓球 卓球		Ｆ卓球 卓球		
武道場	第1	教室	東洋館錬の台空友会 東洋館合同練習		剣道	
	第2	ピラティス			合気道	
和洋弓場		アーチェリー協会 講習会	アーチェリー協会 アーチェリー記録会		和弓	

25（月）

		9	12	15	18	21
メイン	A	Ｎスポ		フットサルスクール		
	B					
	C			バスケ		
サブ	A	バド				
	B					
小体育室			卓球			
武道場	第1	シェイプボディ				
	第2		のびのび健康	教室	ヨガ	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	アーチェリー	

26（火）

		9	12	15	18	21
メイン	A	新日本スポーツ連盟町田卓球協議会 第10回町田オープンダブルス				
	B	Ｐリーグ卓球大会				
	C					
サブ	A					
	B					
小体育室		卓球		卓球	エアロ	
武道場	第1					
	第2	健康体操		教室		
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

27（水）

		9	12	15	18	21
メイン	A	バド	バド	フットサルスクール		
	B		Mテニス			
	C	バド				
サブ	A	バレー			卓球	
	B					
小体育室		教室		チアリーディングスクール	社交ダンス	
武道場	第1					
	第2	教室				
和洋弓場		アーチェリー	アーチェリー		和弓	

28（木）

		9	12	15	18	21
メイン	A	卓球	Nテニス			
	B		Mテニス			
	C		Sバレー	バスケ		
サブ	A	太極拳	エアロ	卓球	教室	バレー
	B					
小体育室				卓球		
武道場	第1					
	第2		手ぬぐい		柔道	
和洋弓場		アーチェリー	和弓	和弓	アーチェリー	

29（金）

		9	12	15	18	21
メイン	A	ベスカドーラ町田	バド			
	B				バド	
	C					
サブ	A	バド				
	B					
小体育室		卓球	エアロ	卓球		
武道場	第1	教室			剣道	
	第2	教室	アンチエイジング	ヨガ	教室	
和洋弓場		和弓	アーチェリー	和弓	和弓	

30（土）

		9	12	15	18	21
メイン	A	町田サッカー協会 フットサルMFA大会				
	B					
	C					
サブ	A			バド	教室	
	B					
小体育室		Ｆ卓球 卓球		Ｆ卓球 卓球		
武道場	第1			なぎなた連盟 特別教室		
	第2	リズム	ヨガ	小中柔道	合気道	柔道
和洋弓場		教室（和）	弓道連盟 第２回例会		アーチェリー	

◇「教室」はスポーツ教室です。事前に申込みの上、当選された方が対象です。

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。

※ Ｆ卓球…初心者、ファミリー優先の台が設けてあります。

◇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。

2018.5.1現在

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　〇印の日は9時～12時、18時～21時ご利用になれます。
〃　◆印の日は12時～21時ご利用になれます。
〃　☆印の日は18時～21時ご利用になれます。

☆ 2日（土）、☆ 3日（日）、6日（水）、◆ 8日（金）、☆ 9日（土）
10日（日）、☆16日（土）、17日（日）、〇 19日（火）、23日（土）
24日（日）、26日（火）、◆ 29日（金）、☆ 30日（土）