2018年 12月　町田市立総合体育館　予定表

12月のお楽しみフィットネスプログラム

『エンジョイ♪フィットネス ～X’mas Version～』

12月のお楽しみフィットネスプログラムは「エンジョイ♪フィットネス～X’mas Version～」です。2018年の締めくくりとなる今回のイベントはいつもの公開指導のプログラムを複数組み合わせたスペシャルバージョンです。初めての方もこの機会にぜひご参加ください！

日　時：2018年 12月 17日（月）
①「健康体操&手ぬぐい体操＆アンチエイジング体操」
9：30 ～ 10：30
②「エアロビクス&シェイプボディ」
10：45 ～ 12：00

場　所：サブアリーナ
参加費：無料
持ち物：運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物
※①に参加の方は手ぬぐい(タオル)
対　象：町田市在住、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。

		1（土）	2（日）
メイン	A	サッカー協会 町田市立総合体育館杯 フットサル大会	F リーグ ASV ペスカドーラ町田 VS バルドラール浦安 【17：00 キックオフ】 ★観覧にはチケットが必要です
	B		
	C		
サブ	A	卓球連盟 ジュニア強化練習会	
	B		
小体育室		F卓球 卓球 / F卓球 卓球	F卓球 卓球 / 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	ASV ペスカドーラ町田
	第2	リズム / ヨガ / 小中柔道 / 合気道 / 柔道	
和洋弓場		アーチェリー / 和弓 / アーチェリー協会 小中学生アーチェリー教室 / 和弓	弓道連盟 第三地区支部対抗戦 / アーチェリー

		3（月）	4（火）	5（水）	6（木）	7（金）	8（土）	9（日）
メイン	A	休館日	Nテニス / バド / バド	バド / バド / フットサルスクール	レクリエーション協会 東京シニアスポーツ振興事業 第15回町田市レクリエーション卓球大会	ベスカドーラ町田 / バド	ママさんバレーボール連盟 親睦冬大会	F リーグ ASV ペスカドーラ町田 VS エスポラーダ北海道 【14：00 キックオフ】 ★観覧にはチケットが必要です
	B		Sバレー / バド	バド / Mテニス		教室 / バド		
	C		バスケ / 教室 / バド					
サブ	A		まちだスポーツ広場	バドミントン連盟レディース部技術研修会 / バレー / 卓球	太極拳 / エアロ / 卓球 / バレー	バド	卓球連盟ラージボール講習会 / バド	
	B							
小体育室		卓球 / 卓球 / エアロ / 社交ダンス	卓球 / 卓球	卓球	卓球	卓球 / エアロ / 卓球	F卓球 卓球 / 社交ダンス	F卓球 卓球 / F卓球 卓球
武道場	第1		チアリーディングスクール			剣道		ASV ペスカドーラ町田
	第2		健康体操 / 教室 / 柔道		手ぬぐい / 柔道	アンチエイジング / ヨガ / 教室	リズム / ヨガ / 小中柔道 / 合気道 / 柔道	
和洋弓場			和弓 / アーチェリー / 和弓 / 和弓	アーチェリー / 弓道連盟研修会 / 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 / アーチェリー協会講習会 / アーチェリー / 和弓	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

		10（月）	11（火）	12（水）	13（木）	14（金）	15（土）	16（日）
メイン	A	Nスポ / フットサルスクール	Nテニス / バド / バド	バド / バド / サッカー協会	卓球 / Sバレー / 教室	バド	東京都小学生バドミントン連盟 第42回シングルス大会（ゆりーと杯争奪戦）	東京都小学生バドミントン連盟 第42回シングルス大会（ゆりーと杯争奪戦）
	B		Sバレー / バスケ	Mテニス	Mテニス	教室		
	C	バスケ	教室	バド	Nテニス / バスケ			
サブ	A	バド		バレー / 卓球	太極拳 / エアロ / 卓球 / バレー	バド	教室 / バド	ダンススポーツ連盟チャリティダンスの集い
	B							
小体育室		卓球	卓球 / 卓球 / エアロ / 社交ダンス		卓球	卓球 / エアロ / 卓球	武術太極拳連盟 地域連合会推手交流大会	武術太極拳連盟 地域連合会推手交流大会 / 社交ダンス
武道場	第1	シェイプボディ	チアリーディングスクール		剣道連盟町制定期稽古会	剣道	なぎなた連盟特別教室	柔道連盟第61回町田市民体育祭 柔道大会 / 剣道
	第2	のびのび健康 / 教室 / ヨガ	健康体操 / 教室		手ぬぐい / 柔道	アンチエイジング / ヨガ / 教室	リズム / ヨガ / 小中柔道 / 合気道 / 柔道	心遍塾交流会 / 柔道連盟第1回合同練習会 / 合気道
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 / 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 / アーチェリー協会 小中学生アーチェリー教室 / 和弓	和弓 / アーチェリー協会チャリティ＆マッチ戦 / 和弓

		17（月）	18（火）	19（水）	20（木）	21（金）	22（土）	23（日）
メイン	A	Nスポ / フットサルスクール	新日本スポーツ連盟町田卓球協議会 2018年度町田オープンダブルス卓球大会	バド / フットサルスクール	卓球 / Sバレー / 教室	F リーグ ASV ペスカドーラ町田 VS ヴォスクオーレ仙台 【19：00 キックオフ】 ★観覧にはチケットが必要です	東京都アーチェリー協会 2018年度東京都室内アーチェリー選手権大会	東京都アーチェリー協会 2018年度東京都室内アーチェリー選手権大会
	B			ベスカドーラ町田 / Mテニス	Mテニス			
	C	バスケ			Nテニス / バスケ			
サブ	A	エンジョイ♪フィットネス / 親子でいっしょ♪レクリエーション		バレー / 卓球	太極拳 / エアロ / 卓球 / バレー		日本健康太極拳協会武相支部太極拳と鞭生の研修会 / バド	バド
	B							
小体育室		卓球	卓球 / 卓球 / エアロ	チアリーディングスクール / 社交ダンス	卓球	卓球 / エアロ / 卓球	F卓球 卓球 / 社交ダンス	F卓球 卓球 / F卓球 卓球
武道場	第1						教室	教室 / 東洋館隣の台空友会 東洋館合同練習 / 剣道
	第2	のびのび健康 / ヨガ	健康体操		手ぬぐい	ASV ペスカドーラ町田	武心塾クリスマス交流会 / 合気道 / 柔道	合気道
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 / 和弓	アーチェリー / 弓道連盟師範特別教室 / 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 / 弓道連盟納射会 / アーチェリー	アーチェリー協会講習会 / 和弓 / アーチェリー協会 小中学生アーチェリー教室 / 和弓

		24（月）	25（火）	26（水）	27（木）	28（金）	29（土）	30（日）
メイン	A	東京都バドミントン協会 東京都ダブルス選手権大会	体操連盟 第10回町田フレンズカップ	体操連盟 第10回町田フレンズカップ	体操連盟 第10回町田フレンズカップ	休館日	休館日	休館日
	B							
	C							
サブ	A							
	B							
小体育室		F卓球 卓球						
武道場	第1							
	第2				柔道			
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 / アーチェリー / 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			

≪休館日の変更および年末年始休館日のご案内≫12月は第3月曜日を開館とし、28日（金）を休館とさせていただきます。
【休館日】2018年12月28日（金）～ 2019年1月4日（金）

		31（月）
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		

ジョギングコース中止のお知らせ

下記の日は、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18～21時ご利用になれます。
〃　◎印の日は12～21時ご利用になれます。

★ 1日（土）	2日（日）	★ 6日（木）	◎ 7日（金）	★ 8日（土）	9日（日）
15日（土）	16日（日）	18日（火）	◎ 19日（水）	21日（金）	22日（土）
23日（日）	24日（月）	25日（火）	26日（水）	27日（木）	

◇ 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。
◇「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。

2018. 11. 1. 現在