

2024年

2月度

熊川地域体育館 予定表

曜日	日	行事予定	曜日	日	行事予定	曜日	日	行事予定
月			月	5	*骨盤コンディショニングヨガ 10:00~11:00 会 *エンジョイ軽スポーツ 10:00~11:30 第1(半面) *月曜卓球教室 15:00~16:30 第2 無料開放日 (福生市内在住・在勤・在学が対象)	月	12	*骨盤コンディショニングヨガ 休講 会 *エンジョイ軽スポーツ 休講 第1(半面) *月曜卓球教室 休講 第2
火			火	6	*リフレッシュエクサ 10:00~11:15 第1(全面) *火曜卓球教室 10:00~11:30 第2 *楽しい軽スポーツ 14:00~15:30 第1(半面) ▲フラダンス 14:30~15:30 第2	火	13	休館日
水			水	7	▲やさしいピラティス 10:00~11:00 会 *高齢者筋トレ体操 13:00~14:00 第1(半面) ▲コリオスパイラル 13:30~14:30 第2 ▲初めてのバスケット 15:30~16:30 第1(半面) ▲ジュニアバスケット 16:45~18:00 第1(半面) ▲ジュニアフリースタイルHIPHOP 17:00~18:00 第2 ▲ナイトピラティス 20:00~21:00 第2	水	14	▲やさしいピラティス 10:00~11:00 会 *高齢者筋トレ体操 13:00~14:00 第1(半面) ▲コリオスパイラル 13:30~14:30 第2 ▲初めてのバスケット 15:30~16:30 第1(半面) ▲ジュニアバスケット 16:45~18:00 第1(半面) ▲ジュニアフリースタイルHIPHOP 17:00~18:00 第2 ▲ナイトピラティス 20:00~21:00 第2
木	1	*かんたん健康体操 10:00~11:00 第2 *球技スポーツ 10:00~11:30 第1(半面) *いきいきエアロ 13:30~14:30 第2 ▲すこやかキッズ 17:00~18:00 第2	木	8	*かんたん健康体操 10:00~11:00 第2 *球技スポーツ 10:00~11:30 第1(半面) *いきいきエアロ 13:30~14:30 第2 ▲すこやかキッズ 17:00~18:00 第2	木	15	*かんたん健康体操 10:00~11:00 第2 *球技スポーツ 10:00~11:30 第1(半面) *いきいきエアロ 13:30~14:30 第2 ▲すこやかキッズ 17:00~18:00 第2
金	2	*さわやかエアロ 10:00~11:30 第1(全面) *太極舞 13:00~14:00 第2 ▲リラックスヨガ 14:30~15:30 会 *ZUMBA 20:00~21:00 第2	金	9	*さわやかエアロ 10:00~11:30 第1(全面) *太極舞 13:00~14:00 第2 ▲リラックスヨガ 14:30~15:30 会 *ZUMBA 20:00~21:00 第2	金	16	*さわやかエアロ 10:00~11:30 第1(全面) *太極舞 13:00~14:00 第2 ▲リラックスヨガ 14:30~15:30 会 *ZUMBA 20:00~21:00 第2
土	3	*みんなでインディアカ 9:30~11:00 第1(2面)	土	10	*みんなでインディアカ 9:30~11:00 第1(2面)	土	17	*みんなでインディアカ 9:30~11:00 第1(2面)
日	4		日	11		日	18	

[注1]第1・・・第1体育室 第2・・・第2体育室 会・・・会議室 全・・・全館

[注2]会議室のサークル利用は含まれておりません。

[注3]教室の前後45分ほど準備・片付けの時間をいただきます。教室の時間帯は一般開放(順番待ち含む)がご利用いただけませんので、予めご了承ください。

[注4]体育館を利用する場合は必ず上履きをご持参ください。

※この予定表は1月20日現在のものなので、以後教室等に変更及び追加を行う場合もあります。予めご了承ください。

▲期間登録制の教室(有料・事前申し込み)

*公開指導事業(有料・当日参加可)

■大会等貸切利用(終了予定時刻に一般利用を再開します)

お問い合わせ:熊川地域体育館 TEL 552-1980

2024年

2月度

熊川地域体育館 予定表

曜日	日	行事	予定	曜日	日	行事	予定	曜日	日	行事	予定
月	19	*骨盤コンディショニングヨガ	10:00~11:00 会	月	26	*骨盤コンディショニングヨガ	10:00~11:00 会				
		*エンジョイ軽スポーツ	10:00~11:30 第1(半面)			*エンジョイ軽スポーツ	10:00~11:30 第1(半面)				
		*月曜卓球教室	15:00~16:30 第2			*月曜卓球教室	15:00~16:30 第2				
火	20	*リフレッシュエクサ	10:00~11:15 第1(全面)	火	27	*リフレッシュエクサ	10:00~11:15 第1(全面)				
		*火曜卓球教室	10:00~11:30 第2			*火曜卓球教室	10:00~11:30 第2				
		*楽しい軽スポーツ	14:00~15:30 第1(半面)			*楽しい軽スポーツ	14:00~15:30 第1(半面)				
		▲フラダンス	14:30~15:30 第2			▲フラダンス	14:30~15:30 第2				
水	21	▲やさしいピラティス	10:00~11:00 会	水	28	▲やさしいピラティス	10:00~11:00 会				
		*高齢者筋トレ体操	13:00~14:00 第1(半面)			*高齢者筋トレ体操	13:00~14:00 第1(半面)				
		▲コリオスパイラル	13:30~14:30 第2			▲コリオスパイラル	13:30~14:30 第2				
		▲初めてのバスケット	15:30~16:30 第1(半面)			▲初めてのバスケット	15:30~16:30 第1(半面)				
		▲ジュニアバスケット	16:45~18:00 第1(半面)			▲ジュニアバスケット	16:45~18:00 第1(半面)				
		▲ジュニアフリースタイルHIPHOP	17:00~18:00 第2			▲ジュニアフリースタイルHIPHOP	17:00~18:00 第2				
		▲ナイトピラティス	20:00~21:00 第2			▲ナイトピラティス	20:00~21:00 第2				
木	22	*かんたん健康体操	10:00~11:00 第2	木	29	*かんたん健康体操	休講 第2				
		*球技スポーツ	10:00~11:30 第1(半面)			*球技スポーツ	10:00~11:30 第1(半面)				
		*いきいきエアロ	13:30~14:30 第2			*いきいきエアロ	休講 第2				
		▲すこやかキッズ	17:00~18:00 第2			▲すこやかキッズ	17:00~18:00 第2				
金	23	*さわやかエアロ	休講 第1(全面)								
		*太極舞	休講 第2								
		▲リラックスヨガ	休講 会								
		*ZUMBA	休講 第2								
土	24	*みんなでインディアカ	9:30~11:00 第1(2面)								
日	25										

現在のご利用について

○開館時間が9:00~22:00となります。(最終利用時間は21:45)

○近隣住宅が近い為、声の大きさにご配慮ください。

○館内での食事はご遠慮ください。また、水分補給にはフタ付きの飲み物のみお持ち込みいただけます。

○ごみは必ずご自身でお持ち帰りください。

○館内での録音・撮影などは禁止となっております。

○教室の受付は開始15分前に行います。(定員を越えている場合、抽選を行います)