

2026年

4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	6	*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) <b>無料開放日</b> (福生市内在住・在勤・在学が対象)	月	13	<b>休館日</b>
			火	7	*リフレッシュエクサ 10:00~11:15 第1(全面) *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	火	14	*リフレッシュエクサ 10:00~11:15 第1(全面) *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
水	1	▲やさしいピラティス 10:00~11:00 会 ▲初めてのダンス 10:00~11:00 第2 *高齢者筋トレ体操 <b>休講</b> 第1(半面) ▲コロオスパイラル 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	8	▲やさしいピラティス 10:00~11:00 会 ▲初めてのダンス 10:00~11:00 第2 *高齢者筋トレ体操 13:00~14:00 第1(半面) ▲コロオスパイラル 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	15	▲やさしいピラティス 10:00~11:00 会 ▲初めてのダンス 10:00~11:00 第2 *高齢者筋トレ体操 13:00~14:00 第1(半面) ▲コロオスパイラル 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	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(幼児) 16:00~17:00 第2 ▲すこやかキッズ(児童) 17:00~18:00 第2 ▲チャレンジジュニア体操教室 18:15~19:15 第2	木	9	*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(幼児) 16:00~17:00 第2 ▲すこやかキッズ(児童) 17:00~18:00 第2 ▲チャレンジジュニア体操教室 18:15~19:15 第2	木	16	*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(幼児) 16:00~17:00 第2 ▲すこやかキッズ(児童) 17:00~18:00 第2 ▲チャレンジジュニア体操教室 18:15~19:15 第2
金	3	*さわやかエアロ 10:00~11:30 第1(全面) *ストレッチ&ゆったりサルサ 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	10	*さわやかエアロ 10:00~11:30 第1(全面) *ストレッチ&ゆったりサルサ 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	17	*さわやかエアロ 10:00~11:30 第1(全面) *ストレッチ&ゆったりサルサ 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	4	*みんなでインディアカ 9:30~11:00 第1(2面)	土	11	*みんなでインディアカ 9:30~11:00 第1(2面)	土	18	*みんなでインディアカ 9:30~11:00 第1(2面)
日	5		日	12		日	19	

[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30分程度、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がご利用いただけませんので、予めご了承ください。

[注4]ご利用の際は体育館用の運動シューズ着用をお願いしておりますので、必ずご持参下さい。

※この予定表は3月20日現在のものなので、以後教室等で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(一般利用の再開は当日の進行状況で変動する場合があります)

お問い合わせ:熊川地域体育館 TEL 552-1980

2026年

4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	20	*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	27	*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)			
火	21	*リフレッシュエクサ 10:00~11:15 第1(全面) *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	火	28	*リフレッシュエクサ 10:00~11:15 第1(全面) *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			
水	22	▲やさしいピラティス 10:00~11:00 会 ▲初めてのダンス 10:00~11:00 第2 *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	29	▲やさしいピラティス 休講 会 ▲初めてのダンス 休講 第2 *高齢者筋トレ体操 休講 第1(半面) ▲コリオスパイラル 休講 第2 ▲初めてのバスケット 休講 第1(半面) ▲ジュニアバスケット 休講 第1(半面) ▲ジュニアフリースタイルHIPHOP 休講 第2 ▲ナイトピラティス 休講 第2			
木	23	*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(幼児) 16:00~17:00 第2 ▲すこやかキッズ(児童) 17:00~18:00 第2 ▲チャレンジジュニア体操教室 18:15~19:15 第2	木	30	*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(幼児) 休講 第2 ▲すこやかキッズ(児童) 休講 第2 ▲チャレンジジュニア体操教室 18:15~19:15 第2			
金	24	*さわやかエアロ 10:00~11:30 第1(全面) *ストレッチ&ゆったりサルサ 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	25	*みんなでインディアカ 9:30~11:00 第1(2面)						
日	26							

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(パン・アイス等の軽食のみ)はロビーでのみ可能です。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。(当日参加型教室は定員を越えている場合、抽選を行います)