

熊川地域体育館			7月個人開放予定表(第1体育室)												作成日：2025.6.30				
	曜日	コート	9時～10時	10時～11時	11時～12時	12時～13時	13時～14時	14時～15時	15時～16時	16時～17時	17時～18時	18時～19時	19時～20時	20時～21時	21時～21時45分				
1	火	1	リフレッシュエクサ			個人利用 (12:00～13:15)	楽しい軽スポーツ			個人利用(16:15～)									
		2				個人利用(12:00～)													
		3				個人利用(～12:15)		高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)					
		4				個人利用													
		5				球技スポーツ		個人利用(12:15～)											
		6				個人利用													
2	水	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット					ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)			
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
3	木	1	球技スポーツ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
4	金	1	さわやかエアロ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
5	土	1	みんなでインディアカ(～11:45)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
6	日	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
7	月	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
8	火	1	リフレッシュエクサ				楽しい軽スポーツ		個人利用(16:15～)										
		2					個人利用(12:00～)												
		3					個人利用(～12:15)		高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)				
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
9	水	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット						ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)		
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
10	木	1	球技スポーツ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
11	金	1	さわやかエアロ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
12	土	1	みんなでインディアカ(～11:45)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
13	日	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
14	月	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
15	火	1	リフレッシュエクサ				楽しい軽スポーツ		個人利用(16:15～)										
		2					個人利用(12:00～)												
		3					個人利用(～12:15)		高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)				
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
16	水	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット						ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)		
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
17	木	1	球技スポーツ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
18	金	1	さわやかエアロ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
19	土	1	みんなでインディアカ(～11:45)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
20	日	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
21	祝	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
22	火	1	リフレッシュエクサ				楽しい軽スポーツ		個人利用(16:15～)										
		2					個人利用(12:00～)												
		3					個人利用(～12:15)		高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)				
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
23	水	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット						ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)		
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
24	木	1	球技スポーツ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
25	金	1	さわやかエアロ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
26	土	1	みんなでインディアカ(～11:45)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
27	日	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
28	月	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
29	火	1	リフレッシュエクサ				楽しい軽スポーツ		個人利用(16:15～)										
		2					個人利用(12:00～)												
		3					個人利用(～12:15)		高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)				
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
30	水	1	個人利用(～12:15)				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット						ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)		
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												
31	木	1	球技スポーツ				高齢者筋トレ体操		初めてのバスケット		ジュニアバスケット		個人利用(18:45～)						
		2					個人利用												
		3					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		4					個人利用												
		5					球技スポーツ		個人利用(12:15～)										
		6					個人利用												

7月個人開放予定表(第2体育室)															作成日：2025.6.30	
日付	曜日	コート	9時～10時	10時～11時	11時～12時	12時～13時	13時～14時	14時～15時	15時～16時	16時～17時	17時～18時	18時～19時	19時～20時	20時～21時	21時～21時45分	
1	火	1	火曜卓球			個人利用 (12:15～13:45)		フラダンス		個人利用(16:15～)						
		2														
		3														
2	水	1	はじめてのジャズダンス		個人利用 (11:45～12:45)	コリオスパイラル			個人利用 (15:15～16:15)	ジュニアフリースタイルHIPHOP		個人利用 (18:45～19:15)	ナイトピラティス			
		2														
		3														
3	木	1	個人利用(～12:45) ストレッチスペース(～12:45)			いきいきエアロ			すこやかキッズ (幼児)(児童)			チャレンジジュニア 体操教室	個人利用(20：00～)			
		2														
		3														
4	金	1	個人利用(～12:15)			太極舞		個人利用(14:45～19:15) ストレッチスペース(15:00～19：00)				ZUMBA				
		2														
		3														
5	土	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
6	日	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
7	月	1	個人利用(～14:15) 無料開放日					月曜卓球			個人利用(17:15～) 無料開放日 ストレッチスペース(17:15～)					
		2														
		3														
8	火	1	火曜卓球			個人利用 (12:15～13:45)		フラダンス		個人利用(16:15～)						
		2														
		3														
9	水	1	はじめてのジャズダンス		個人利用 (11:45～12:45)	コリオスパイラル			個人利用 (15:15～16:15)	ジュニアフリースタイルHIPHOP		個人利用 (18:45～19:15)	ナイトピラティス			
		2														
		3														
10	木	1	個人利用(～12:45) ストレッチスペース(～12:45)			いきいきエアロ			すこやかキッズ (幼児)(児童)			チャレンジジュニア 体操教室	個人利用(20：00～)			
		2														
		3														
11	金	1	個人利用(～12:15)			太極舞		個人利用(14:45～19:15) ストレッチスペース(15:00～19：00)				ZUMBA				
		2														
		3														
12	土	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
13	日	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
14	月	1	休館日													
		2														
		3														
15	火	1	火曜卓球			個人利用 (12:15～13:45)		フラダンス		個人利用(16:15～)						
		2														
		3														
16	水	1	はじめてのジャズダンス		個人利用 (11:45～12:45)	コリオスパイラル			個人利用 (15:15～16:15)	ジュニアフリースタイルHIPHOP		個人利用 (18:45～19:15)	ナイトピラティス			
		2														
		3														
17	木	1	個人利用(～12:45) ストレッチスペース(～12:45)			いきいきエアロ			すこやかキッズ (幼児)(児童)			チャレンジジュニア 体操教室	個人利用(20：00～)			
		2														
		3														
18	金	1	個人利用(～12:15)			太極舞		個人利用(14:45～19:15) ストレッチスペース(15:00～19：00)				ZUMBA				
		2														
		3														
19	土	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
20	日	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
21	祝	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
22	火	1	火曜卓球			個人利用 (12:15～13:45)		フラダンス		個人利用(16:15～)						
		2														
		3														
23	水	1	はじめてのジャズダンス		個人利用 (11:45～12:45)	コリオスパイラル			個人利用 (15:15～16:15)	ジュニアフリースタイルHIPHOP		個人利用 (18:45～19:15)	ナイトピラティス			
		2														
		3														
24	木	1	個人利用(～12:45) ストレッチスペース(～12:45)			いきいきエアロ			すこやかキッズ (幼児)(児童)			チャレンジジュニア 体操教室	個人利用(20：00～)			
		2														
		3														
25	金	1	個人利用(～12:15)			太極舞		個人利用(14:45～19:15) ストレッチスペース(15:00～19：00)				ZUMBA				
		2														
		3														
26	土	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
27	日	1	個人利用 クライミング													
		2														
		3														
28	月	1	個人利用(～14:15)					月曜卓球			個人利用(17:15～) ストレッチスペース(17:15～)					
		2														
		3														
29	火	1	火曜卓球			個人利用(12:15～)										
		2														
		3														
30	水	1	はじめてのジャズダンス		個人利用 (11:45～12:45)	コリオスパイラル			個人利用 (15:15～16:15)	ジュニアフリースタイルHIPHOP		個人利用 (18:45～19:15)	ナイトピラティス			
		2														
		3														
31	木	1	個人利用(～15：15) ストレッチスペース(～15：15)						すこやかキッズ (幼児)(児童)			チャレンジジュニア 体操教室	個人利用(20：00～)			
		2														
		3														

予定は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

当日の予定につきましては、熊川地域体育館(042-552-1980)にお問い合わせください。

★大きさ:卓球台3面分(土日祝は2面分開放)

★第2体育室は卓球・ダンス・剣道等利用可能です。

利用方法につきましては、HP(<https://fussa-kumagawa.com>)をご確認の上ご来館ください。

- 教室
- 個人利用
- イベント・貸切
- ストレッチスペース