

大宮前体育館 一般使用スケジュール 3月分

どなたでも予約なしで参加できるプログラムです。運動のできる服装と室内シューズでご参加ください。

大人200円/枠 小中学生100円/枠

第1水曜日	第1日曜日	第2土曜日	第3水曜日	第3日曜日	第4土曜日
3月2日(水)	3月6日(日)	3月12日(土)	3月16日(水)	3月20日(日)	3月26日(土)

大体育室	午前	① 9:00~10:50	★卓球	★卓球		卓球	ミニテニス	
		② 11:00~12:50	ラージボール卓球	ラージボール卓球		ラージボール卓球	インディアカ	
	午後	① 13:00~14:50	パドルテニス	バドミントン	バレーボール	バドミントン	バドミントン	★ソフトバレーボール
		② 15:00~16:50						バウンドテニス
	夜間	① 17:00~18:50	バスケットボール	フットサル	フェンシング	★フェンシング		
		② 19:00~20:50			バドミントン			バスケットボール

小体育室	午前	① 9:00~10:50					ソーシャルダンス	
		② 11:00~12:50						
	午後	① 13:00~14:50			ダンスタイム		ダンスタイム	
		② 15:00~16:50						
	夜間	① 17:00~18:50			ダンスタイム			
		② 19:00~20:50						

武道場	午後	① 13:00~14:50		武道タイム			
		② 15:00~16:50					
	夜間	① 17:00~18:50		武道タイム			
		② 19:00~20:50					

大宮前体育館 一般使用スケジュール 4月分

第1日曜日	第1水曜日	第2土曜日	第3日曜日	第3水曜日	第4土曜日
4月3日(日)	4月6日(水)	4月9日(土)	4月17日(日)	4月20日(水)	4月23日(土)

大体育室	午前	① 9:00~10:50	★卓球	★卓球		ミニテニス	卓球	
		② 11:00~12:50	ラージボール卓球	ラージボール卓球		インディアカ	ラージボール卓球	
	午後	① 13:00~14:50	バドミントン	パドルテニス	バレーボール	バドミントン	バドミントン	★ソフトバレーボール
		② 15:00~16:50						バウンドテニス
	夜間	① 17:00~18:50	フットサル	バスケットボール	フェンシング		★フェンシング	バスケットボール
		② 19:00~20:50			バドミントン			

小体育室	午前	① 9:00~10:50				ソーシャルダンス	
		② 11:00~12:50					
	午後	① 13:00~14:50			ダンスタイム	ダンスタイム	
		② 15:00~16:50					
	夜間	① 17:00~18:50			ダンスタイム		
		② 19:00~20:50					

武道場	午後	① 13:00~14:50	武道タイム				
		② 15:00~16:50					
	夜間	① 17:00~18:50	武道タイム				
		② 19:00~20:50					

- 一般使用は事前の申込不要です。個人でも気軽にスポーツをお楽しみください。
- 用具のない方には貸出も行っております。ただし、数に限りがありますので室内用のシューズは各自ご用意ください。
- 「★」印の種目は、専門のスポーツアドバイザー配置日です。簡単な助言を受けることができます。
スポーツアドバイザーの指示に従ってください。みなさまが公平に楽しめるよう、お互い譲り合ってプレーしてください。
- 27年1月から2時間/1枠となりました。①枠と②枠は完全入替制となります。
続いてご利用される場合も一度退場し、再度入場料を支払って順番に入場をお願いします。
- ①枠の方は用具の準備、②枠の方は用具の片付け・清掃をお願いいたします。
- バレーボールは6人制で行っております。練習は15分、試合は一方のチームが25点で交代をお願いしております。