

↑ 休館日	社会体育館						大山総合体育センター(スポール)										テニスコート	グラウンド		
							トレーニングルームは常時利用可(休館日除く)													
	アリーナ			スタジオ			武道場						ミーティングルーム							
							柔道場			剣道場			ピロティ							
月	曜日	9-13	13-19 (日祝-17)	19-21:30	9-13	13-17	17-21:30	9-13	13-17	17-21:30	9-13	13-17	17-21:30		9-13	13-17	17-21:30	9-13	13-17	夜間
1	日							9-17市剣道連盟 (居合道講習・大会)			9-17市剣道連盟 (居合道講習・大会)									
2	月																			
3	火			12地区 (卓球)			整うヨガ	ソフトエア ロ&ヨガ		カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少							JSC 南部BC
4	水												12地区 (空手)							南部BC
5	木			12地区 (ビーチ)		12地区 (体操)	スクール		いきいきス トレッチ体 操	カラテ大山 スポ少					12地区 ス推委					JSC
6	金			12地区 (卓球)		トランポ ビクス(金)	金曜 太極拳	遊悠 元気塾	スクール	カラテ大山 スポ少										JSC
7	土	たのしい/ がんばる キッズ体操			トランポ ビクス (土)	はじめて の太極拳	スクール	9-13市剣 連Jr.強化	バランス ボールエク ササイズ		9-13市剣 連Jr.強化		12地区 (空手)							
8	日							9-17 県剣道連盟 (第4回段位審査)			9-17 県剣道連盟 (第4回段位審査)									
9	月																			
10	火			12地区 (卓球)			整うヨガ	スクール		カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少							JSC 南部BC
11	水																			
12	木			12地区 (ビーチ)			スクール		いきいきス トレッチ体 操	カラテ大山 スポ少										JSC
13	金			12地区 (卓球)		トランポ ビクス(金)	金曜 太極拳	遊悠 元気塾	やさしいヨ ガ	カラテ大山 スポ少										JSC
14	土	たのしい/ がんばる キッズ体操			トランポ ビクス (土)	はじめて の太極拳	エアロ& ピラティス		バランス ボールエク ササイズ											
15	日																			
16	月																			
17	火			12地区 (卓球)			整うヨガ	ソフトエア ロ&ヨガ		カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少							JSC 南部BC
18	水												12地区 (空手)							南部BC
19	木			12地区 (ビーチ)		12地区 (体操)	メンテナ スヨガ		いきいきス トレッチ体 操	カラテ大山 スポ少										JSC
20	金			12地区 (卓球)		トランポ ビクス(金)	金曜 太極拳	遊悠 元気塾	やさしいヨ ガ	カラテ大山 スポ少										JSC
21	土	たのしい/ がんばる キッズ体操			トランポ ビクス (土)	はじめて の太極拳	エアロ& ピラティス	9-13市剣 連Jr.強化	バランス ボールエク ササイズ		9-13市剣 連Jr.強化		12地区 (空手)							
22	日																			
23	月																			
24	火			12地区 (卓球)			スクール	ソフトエア ロ&ヨガ		カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少							JSC 南部BC
25	水												12地区 (空手)							南部BC
26	木			12地区 (ビーチ)			メンテナ スヨガ		スクール	カラテ大山 スポ少										JSC
27	金			12地区 (卓球)		トランポ ビクス(金)	スクール	遊悠 元気塾	スクール	カラテ大山 スポ少										JSC
28	土	スクール			スクール	スクール	エアロ& ピラティス	9-13市剣 連Jr.強化	スクール		9-13市剣 連Jr.強化		12地区 (空手)							JSC

