

令和3年[5月]の総合体育館で利用できるスポーツ種目と大会のご案内

日	曜	区分	アリーナ	第2体育室	ランニングコース	日	曜	区分	アリーナ	第2体育室	ランニングコース
1	土	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バスケットボール(小・中学生) バスケットボール(高校生以上) バドミントン		18	火	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バウンドテニス スポンジテニス バドミントン	卓球 (14~16時/指導)
2	日	午前 午後 夜間	令和3年度 北海道中学校剣道強化錬成大会 9:00~17:00		9:00~18:00 利用できません	19	水	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	スポンジテニス 【初級クラス】 (10~12時/指導) バドミントン	卓球 10:00~10:30 利用できません
3	月	午前 午後 夜間	令和3年度 北海道中学校剣道強化錬成大会 9:00~17:00		9:00~18:00 利用できません	20	木	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バドミントン	
4	火	午前 午後 夜間	バウンドテニス ミニバレー 卓球	バドミントン		21	金	午前 午後 夜間	ミニバレー・バドミントン・卓球(11:00まで) ハイテク学科交流会 ミニバレー・バドミントン・卓球(18:00から)		12:00~18:00 利用できません
5	水	午前 午後 夜間	ミニバレー スポンジテニス 卓球	バドミントン		22	土	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球		
6	木	午前 午後 夜間	休館日 * 休館日は第1・3月曜日です。祝日の場合は翌日が休館日となります。 * 島松体育館、駒場体育館、福住屋内運動広場は開館しております。			23	日	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球		
7	金	午前 午後 夜間	バウンドテニス ミニバレー 卓球	バドミントン		24	月	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	スポンジテニス バドミントン	
8	土	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バスケットボール(高校生以上) バスケットボール(小・中学生) バドミントン		25	火	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バウンドテニス スポンジテニス バドミントン	卓球 (14~16時/指導)
9	日	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バスケットボール(小・中学生) バスケットボール(高校生以上) 【バレーボール】小・中学生17~18時 高校生18~20時、一般20~22時		26	水	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	スポンジテニス 【中級クラス】 (10~12時/指導) バドミントン	卓球 10:00~10:30 利用できません
10	月	午前 午後 夜間	ミニバレー スポンジテニス 卓球	バドミントン		27	木	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バドミントン	
11	火	午前 午後 夜間	クラーク幼稚園親子レクリエーション ミニバレー 卓球	バドミントン	9:00~13:30 利用できません	28	金	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バウンドテニス スポンジテニス バドミントン	卓球
12	水	午前 午後 夜間	クラーク幼稚園親子レクリエーション ミニバレー 卓球	バドミントン	9:00~13:30 利用できません	29	土	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球		
13	木	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バドミントン		30	日	午前 午後 夜間	TSP杯争奪 恵庭市団体卓球選手権大会 9:00~17:00 ミニバレー・バドミントン・卓球(18:00から)		9:00~18:00 利用できません
14	金	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バドミントン		31	月	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	スポンジテニス バドミントン	卓球
15	土	午前 午後 夜間	第46回恵庭市民バドミントン大会 &第2回恵庭BLITZ杯バドミントン大会 9:00~18:00		9:00~19:00 利用できません	6/1	火	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	バウンドテニス スポンジテニス バドミントン	卓球 (14~16時/指導)
16	日	午前 午後 夜間	第46回恵庭市民バドミントン大会 &第2回恵庭BLITZ杯バドミントン大会 9:00~18:00		9:00~19:00 利用できません	6/2	水	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン 卓球	スポンジテニス 【初級クラス】 (10~12時/指導) バドミントン	卓球 10:00~10:30 利用できません
17	月	午前 午後 夜間	休館日 * 休館日は第1・3月曜日です。祝日の場合は翌日が休館日となります。 * 島松体育館、駒場体育館、福住屋内運動広場は開館しております。			①個人料金(市内在住者 ※市内への通勤、通学者含む) 【一般】200円 【高校生・65歳以上】100円 ※小/中学生及び障がい者は無料です。 ②トレーニング室を利用される場合は別途料金がかかります。【一般】300円 【高校生・65歳以上】150円 ③市外の方は利用料金が2倍になります。(市外小/中学生は100円) ★8回分の料金で発行より1ヶ月間利用できるお得な定期券もございます。詳しくはお問合せください。 ★大会等でカレンダーの内容が変更になることがあります。					

5/17
~
6/10
床メンテナ
ンスのため
利用できま
せん

【利用時間】 <午前>9:00~13:00 <午後>13:00~17:00 <夜間>17:00~22:00

だれでもかんたんに、入館料のみで楽しめます！
指導サービス事業のご紹介
 未経験者、運動が苦手な方、大歓迎！都合に合わせて自由に参加できるので、気軽にはじめられます。実施種目は卓球、スポンジテニス、フィットネス、ヨガの4種目。ぜひお越しください！

<共通事項>①個人利用料がかかります。②レッスン中の事故については、主催者側で責任を負いません。③開催場所はすべて総合体育館です。

- | | | | |
|--|--|--|--|
| <p>【卓球】
卓球をこれからはじめる方向けの内容です。運動不足解消にも最適！
日時/火曜日 14時~16時
講師/恵庭卓球協会</p> | <p>【スポンジテニス】
バドミントンコートの大さで、スポンジボールで行うテニス。レベル別レッスンをいたします！
日時/水曜日 10時~12時
※週替わりで初級クラス、中級クラスを設定</p> | <p>【フィットネス】
リズム体操、筋力コンディショニング、ストレッチと3種類の運動を週替わりで行います。
日時/水曜日 10時~11時30分
講師/石井優美(ノアスポーツクラブ)</p> | <p>【ヨガ】
曜日毎異なるテーマで開催。初心者大歓迎！
曜日/火、木、金
講師/ヨガインストラクター
※詳細はお問合せください</p> |
|--|--|--|--|