

令和8年2月1日現在

3月						
日	曜日	室場	9:00～12:00	12:00～15:00	15:00～18:00	18:00～21:00
2	月	Mアリーナ				
		Sアリーナ			バスケットボール	バスケットボール
		軽体操室				ボルダリング、 ヨガ・ストレッチ
4	水	Mアリーナ				
		Sアリーナ	卓球	卓球	バスケットボール	バスケットボール
5	木	Mアリーナ(西)	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン
		Sアリーナ				
7	土	Mアリーナ(西)	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン
		Sアリーナ				
8	日	軽体操室		ボルダリング、 ヨガ・ストレッチ		
9	月	Mアリーナ				
		Sアリーナ			バスケットボール	バスケットボール
11	水	Mアリーナ(西)	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン
		Sアリーナ				
12	木	Mアリーナ(西)	卓球	卓球	卓球	卓球
		Sアリーナ				
14	土	Mアリーナ(西)	卓球	卓球	卓球	卓球
		Sアリーナ				
		軽体操室	ボルダリング、 ヨガ・ストレッチ			
16	月	Mアリーナ				
		Sアリーナ			バスケットボール	バスケットボール
18	水	Mアリーナ				
		Sアリーナ	卓球	卓球	バスケットボール	バスケットボール
19	木	Mアリーナ(西)	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン
		Sアリーナ				
21	土	軽体操室		ボルダリング、 ヨガ・ストレッチ		
25	水	Mアリーナ(西)	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン
		Sアリーナ				
26	木	Mアリーナ(西)	卓球	卓球	卓球	卓球
		Sアリーナ				
		軽体操室			ボルダリング、 ヨガ・ストレッチ	
28	土	Mアリーナ(西)	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン
		Sアリーナ				
30	月	Mアリーナ				
		Sアリーナ			バスケットボール	バスケットボール