



2024年7月施設ご利用スケジュール



		1 (月)			2 (火)			3 (水)			4 (木)			5 (金)			6 (土)			7 (日)		
メイン	A																					
	B																					
サブ		個人開放★バスケット 12-15			個人開放★バスケット 13-16					放※5					個人開放★バスケット 13-16							
多目的	A				ヨガ※1			BP※2	BC※3	簡単※4			BP※6									
	B																					
ランニング				○			○			○					○					×		
トレーニング				○			○			○					○					○		

		8 (月)			9 (火)			10 (水)			11 (木)			12 (金)			13 (土)			14 (日)		
メイン	A																					
	B																					
サブ		個人開放★バスケット 12-15			個人開放★バスケット 10-13					放※5			個人開放★バスケット 10-13									
多目的	A				ヨガ※1			BP※2	BC※3	簡単※4			BP※6									
	B																					
ランニング				○			○			○					○					×		
トレーニング				○			○			○					○					○		


		15 (月)			16 (火)			17 (水)			18 (木)			19 (金)			20 (土)			21 (日)		
メイン	A				休館日																	
	B																					
サブ		青森県中学校体育大会夏季大会バスケットボール競技			休館日						個人開放★バスケット 12-15			個人開放★バスケット 12-15			個人開放★バスケット 12-15			第77回市町村対抗青森県民体育大会バスケットボール競技		
多目的	A	青森県中学校体育大会夏季大会バスケットボール競技												簡単※4			BP※6					
	多目的	B	青森県中学校体育大会夏季大会バスケットボール競技			休館日																
B		青森県中学校体育大会夏季大会バスケットボール競技																				
ランニング				×	休館日								○			○			○			×
トレーニング				○							休館日								○			○

		22 (月)			23 (火)			24 (水)			25 (木)			26 (金)			27 (土)			28 (日)		
メイン	A																					
	B																					
サブ		個人開放★バスケット 12-15			個人開放★バスケット 12-15			個人開放★バスケット 10-13			放※5			個人開放★バスケット 13-16			第77回市町村対抗青森県民体育大会バレーボール競技					
多目的	A				ヨガ※1			BP※2	BC※3	簡単※4			BP※6									
	多目的	B																				
ランニング				○			○			○					○					×		
トレーニング				○			○			○					○					○		

		29 (月)			30 (火)			31 (水)		
メイン	A									
	B									
サブ		個人開放★バスケット 12-15			★バスケット 13-16			★バスケット 10-13		放※5
多目的	A				ヨガ※1			BP※2	BC※3	簡単※4
	B									BP※6
ランニング				○			○			○
トレーニング				○			○			○

【※ご注意事項※】

- 個人開放は日にちによって開催時間が異なります。
- 状況により、大会、開放、プログラムなど急きょ変更、中止となる場合がございます。
- 空白部分は団体専用利用枠です。ご希望の時間の30分前までに団体予約が入らなければ、1時間ごとに個人開放としてご利用いただけます（例：12:30までに予約が入らない場合13時台開放）
- 個人開放ご利用時は「申込書兼同意書」にご記入いただきます。
- 団体貸切予約は事前に団体登録が必要です。
- 最新の情報は『つがる市公共施設予約システム』にてご確認ください、直接お問合せください。



伊藤鉱業アリーナつがる（つがる市総合体育館）

- ※1 ヨガ 【火】10:00～10:45
- ※2 ボディバンプ 【火】16:00～16:45
- ※3 ボディコンパット 【火・木】19:15～20:00
- ※4 簡単トレーニング 【水】10:00～10:45
- ※5 放課後体育 【水】17:00～17:45
- ※6 ボディバンプ 【水】19:15～20:00