

2024年10月施設ご利用スケジュール

伊藤鉦業アリーナつがる (つがる市総合体育館)

| | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | | | | |
|-----|---|------------------------------|--|--|-------------------------|------------------------------|--|--|-------------------------|------------------------------|--|--|---------------|------------------------------|--|--|-------------------------|------------------------------|--|--|--|------------------------------|--|--|--|--------|--|--|--|
| | | 1 (火) | | | | 2 (水) | | | | 3 (木) | | | | 4 (金) | | | | 5 (土) | | | | 6 (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 | | | | 放 ※4 | | | | 個人開放 ★バスケット 12-15 | イベント準備 | | | | スポーツ フェスティバル | | | | | | | |
| 多目的 | A | | | | ヨガ ※1 | | | | 簡単 ※3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| トレ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | | | | | | | | |
| | | 7 (月) | | | | 8 (火) | | | | 9 (水) | | | | 10 (木) | | | | 11 (金) | | | | 12 (土) | | | | 13 (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 | | | | 放 ※4 | | | | 個人開放 ★バスケット 12-15 | 市長杯バスケット | | | | イベント | | | | | | | |
| 多目的 | A | | | | ヨガ ※1 | | | | 簡単 ※3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| トレ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | | | | | | | | |
| | | 14 (月) | | | | 15 (火) | | | | 16 (水) | | | | 17 (木) | | | | 18 (金) | | | | 19 (土) | | | | 20 (日) | | | |
| メイン | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| サブ | | イベント | | | | | | | つがる市防火フェス 事前準備 | | | | つがる市 防火フェス | | | | 放 ※4 | 食と産業まつり | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | A | | | | | | | | ヨガ ※1 | | | | 簡単 ※3 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| トレ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | | | | | | | | |
| | | 21 (月) | | | | 22 (火) | | | | 23 (水) | | | | 24 (木) | | | | 25 (金) | | | | 26 (土) | | | | 27 (日) | | | |
| メイン | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| サブ | | 休館日 | | | | | | | 個人開放 ★バスケット 12-15 | | | | 放 ※4 | 高校バスケット予選 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | A | | | | | | | | ヨガ ※1 | | | | BP ※2 | | | | 簡単 ※3 | | | | | | | | | | | | |
| | B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| トレ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | 9:00 12:00 15:00 18:00 21:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 28 (月) | | | | 29 (火) | | | | 30 (水) | | | | 31 (木) | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | 放 ※4 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | A | | | | | | | | ヨガ ※1 | | | | 簡単 ※3 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| トレ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

※1 ヨガ [火]10:00~10:45 ※2 ボディパンプ [火]16:00~16:45 ※3 簡単トレーニング [水]10:00~10:45 ※4 放課後体育 [水]17:00~17:45 ※5 映像レッスン