

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