



2025年 7月施設ご利用スケジュール



2025年6月25日改訂

		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 12-15				個人開放 ★バスケ 12-15	放 ※3														YOSAKOI フェスティバル			
武道場	A																								
	B																								
多目的	A																								
	B		ヨガ ※1				BC ※4	簡単 ※2															YOSAKOI フェスティバル		BP ※5
ラン																					△※13時～利用可能		△※17時～利用可能		
トレ																									

		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	ドッジ ※7			個人開放 ★バスケット 12-15					放 ※3								青森県高体連 柔道専門部									
武道場	A																												
	B																												
多目的	A		介護予 ※6				ヨガ ※1				BC ※4	簡単 ※2																	
	B																								BP ※5				
ラン			○				○				○				○					△※14時～利用可能			△※17時～利用可能						
トレ			○				○				○				○					○			○						

		14(月)				15(火)				16(水)				17(木)				18(金)				19(土)				20(日)			
メイン	A																												
	B																												
サブ			個人開放 ★バスケ 12-15	ドッジ ※7			個人開放 ★バスケ 12-15				個人開放 ★バスケ 12-15	放 ※3										西北中学校体育連盟							
武道場	A																												
	B																												
多目的	A																					西北中学校体育連盟							
	B		介護予 ※6				ヨガ ※1				BC ※4	簡単 ※2																	
ラン																						△※17時～利用可能		×		×			
トレ																													

		21(月)				22(火)				23(水)				24(木)				25(金)				26(土)				27(日)			
メイン	A																												
	B																												
サブ											個人開放 ★バスケ 12-15	放 ※3		個人開放 ★バスケ 12-15				個人開放 ★バスケ 12-15				大会準備 第4回青森県U12 夏季ミニバスケットボール 交流大会							
武道場	A																												
	B																												
多目的	A																												
	B																												BP ※5
ラン																						×		×		△※17時～利用可能			
トレ																						×		×		△※17時～利用可能			

		28(月)				29(火)				30(水)				31(木)													
メイン	A																										
	B																										
サブ											個人開放 ★バスケ 12-15	放 ※3															
武道場	A																										
	B																										
多目的	A																										
	B																										
ラン																											
トレ																											

【※ご注意事項※】
・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。

伊藤鍼灸アリーナつがる (つがる市総合体育館)

※1 ヨガ [火]10:00～10:45

※4 BC [火]19:00～20:00

※7 ドッジボール教室 [月]17:30～18:30

※2 簡単トレーニング [水]10:00～10:45

※5 BP [日]19:00～20:00

※3 放課後体育 [水]17:00～17:45

※6 介護予防 [月]9:00～11:00