

1 月 南部体育館【アリーナ使用】 予定表 平成30年12月25日 現在

【開館時間】9:00～22:00 【休館日】毎月第4月曜(祝日に当たる場合はその翌日)、12月31日～1月2日

 専用使用の申込済み (バレー、テニス、バスケット等)

 空き A 専用使用又は個人使用が可能です。
・専用使用は前日までにご予約ください。

B 一般開放(個人使用)です。
・卓球台・バドミントンコートを常設しています。

※ 予定は予約申込等により変更する場合があります。予めご了承下さい。 【お問合せ先 長岡市南部体育館 39-3600】

| 日 | 曜 | 面 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | ランニング | |
|----|---|-----|----------------------|-----------------------------|----|----|-------|---------------------|----|----|----|-----------------|--------------|--------------|----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | 火 | A/B | 休館日 | | | | | | | | | | | | | | 休館日 | |
| 2 | 水 | A/B | 休館日 | | | | | | | | | | | | | | 休館日 | |
| 3 | 木 | A/B | | | | | | | | | | 17時閉館 | | | | 右回り | | |
| 4 | 金 | A/B | | | | | | | | | | 17時閉館 | | | | 右回り | | |
| 5 | 土 | A/B | 7:30 | 中学校バスケットボールウィンターカップ長岡大会 | | | | | | | | | | | | | | 大会開催中は 利用出来ません |
| 6 | 日 | A/B | 7:30 | 中学校バスケットボールウィンターカップ長岡大会 | | | | | | | | 一般強化練習会(ソフトテニス) | | | | 7:30～17:00 利用出来ません | | |
| 7 | 月 | A/B | | レディース | | | | | | | | | | | | | | 左回り |
| 8 | 火 | A/B | | | | | | | | | | | | 市民テニス教室 | | | 左回り | |
| 9 | 水 | A/B | | | | | | マスターズ | | | | | 冬季小学生教室(テニス) | 冬季中学生教室(テニス) | | | 左回り | |
| 10 | 木 | A/B | | | | | | | | | | | | | | | 左回り | |
| 11 | 金 | A/B | 春季市内大会(ワンバウンドバレーボール) | | | | | | | | | | | 市民テニス教室 | | | 9:00～16:00 利用出来ません | |
| 12 | 土 | A/B | 8:00 | 長岡インドア大会(中学男子・ソフトテニス) | | | | | | | | 一般強化練習(ソフトテニス) | | | | 8:00～18:00 利用出来ません | | |
| 13 | 日 | A/B | | | | | | 強化練習会(卓球) | | | | | | | | | | 右回り |
| 14 | 月 | A/B | 8:00 | 長岡インドア大会(中学女子・ソフトテニス) | | | | | | | | | | | | | | 8:00～18:00 利用出来ません |
| 15 | 火 | A/B | | めばえ | | | | | | | | | | 市民テニス教室 | | | 右回り | |
| 16 | 水 | A/B | | | | | | マスターズ | | | | ひよこ | 冬季小学生教室 | 冬季中学生教室 | | | 右回り | |
| 17 | 木 | A/B | | | | | | | | | | | ヒップホップダンス | | | | 右回り | |
| 18 | 金 | A/B | | エアロビクス | | | | | | | | | | 市民テニス教室 | | | 右回り | |
| 19 | 土 | A/B | 7:00 | 長岡市三島郡中学校バレーボール1年生協会練習会(男子) | | | | | | | | 一般強化練習(ソフトテニス) | | | | 7:00～17:00 利用出来ません | | |
| 20 | 日 | A/B | | 夢づくりテニス | | | | | | | | | | | | | | 左回り |
| 21 | 月 | A/B | | レディース | | | | | | | | | | | | | | 左回り |
| 22 | 火 | A/B | | めばえ | | | | | | | | | | 市民テニス教室 | | | 左回り | |
| 23 | 水 | A/B | | | | | リズム体操 | マスターズ | | | | ひよこ | 冬季小学生教室 | 冬季中学生教室 | | | 左回り | |
| 24 | 木 | A/B | | | | | | | | | | | ヒップホップダンス | | | | 左回り | |
| 25 | 金 | A/B | | エアロビクス | | | | | | | | | | | | | | 左回り |
| 26 | 土 | A/B | | 長岡バドミントン協会 | | | | ジュニア強化練習(中学・ソフトテニス) | | | | 一般強化練習(ソフトテニス) | | | | 左回り | | |
| 27 | 日 | A/B | | 夢づくりテニス | | | | | | | | | | | | | | 右回り |
| 28 | 月 | A/B | 休館日 | | | | | | | | | | | | | | 右回り | |
| 29 | 火 | A/B | | めばえ | | | | | | | | | | | | | | 右回り |
| 30 | 水 | A/B | | | | | リズム体操 | マスターズ | | | | ひよこ | 冬季小学生教室 | 冬季中学生教室 | | | 右回り | |
| 31 | 木 | A/B | | | | | | | | | | | ヒップホップダンス | | | | 右回り | |

1 月 南部体育館【グリーンフロア】 予定表 平成30年12月25日 現在

【開館時間】9:00～22:00 【休館日】毎月第4月曜(祝日に当たる場合はその翌日)、12月31日～1月2日

- 専用使用の申込済み
- 空き AB 専用使用又は個人使用が可能です。
- ・専用使用は前日までにご予約ください。

※ 予定は予約申込等により変更する場合があります。予めご了承下さい。 【お問合せ先 長岡市南部体育館 39-3600】

| 日 | 曜 | 面 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
|----|---|--------|-------------|----|----|----|----|----|----|----|---------|---------|---------|----|--------|----|
| 1 | 火 | A B | 休館日 | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 水 | A B | 休館日 | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 木 | A B | | | | | | | | | | 17時閉館 | | | | |
| 4 | 金 | A B | | | | | | | | | | 17時閉館 | | | | |
| 5 | 土 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | 日 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 月 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 火 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |
| 9 | 水 | A B | | | | | | | | | | 冬季小学生教室 | 冬季中学生教室 | | | |
| 10 | 木 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |
| 11 | 金 | A B | | | | | | | | | ちびっ子テニス | | | | | |
| 12 | 土 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | 日 | A B | 新潟アルビレックスFC | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 月 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | 火 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |
| 16 | 水 | A B | | | | | | | | | | 冬季小学生教室 | 冬季中学生教室 | | | |
| 17 | 木 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |
| 18 | 金 | A B | | | | | | | | | ちびっ子テニス | | | | | |
| 19 | 土 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | 日 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | 月 | A B | | | | | | | | | キッズ運動教室 | | | | | |
| 22 | 火 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |
| 23 | 水 | A B | | | | | | | | | | 冬季小学生教室 | 冬季中学生教室 | | | |
| 24 | 木 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |
| 25 | 金 | A B | | | | | | | | | ちびっ子テニス | | | | | |
| 26 | 土 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 27 | 日 | A B | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | 月 | A B | 休館日 | | | | | | | | | | | | | |
| 29 | 火 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |
| 30 | 水 | A B | | | | | | | | | | 冬季小学生教室 | 冬季中学生教室 | | | |
| 31 | 木 | A B | | | | | | | | | | | | | アーチェリー | |