

# 豊明市福祉体育館12月行事カレンダー

	月	火	水	木	金	土
	1	2 卓球教室 太極拳教室 巡りヨガ  *HIP HOP入門	3 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 脂肪燃焼エクササイズ  *全身調整ヨガ①②	4    *中高年のための初めての やさしいチアダンス①②	5 バドミントン教室    *エアロビクス（経験者） *簡単のびのびストレッチ *体が硬くてもできるヨガストレッチ *肩こり・腰痛～健康体操	6    *ひざが痛くてもできるイスヨガ
7 ★★ 近接市町 バレーボール大会	8 休館日	9 巡りヨガ 太極拳教室 卓球教室  *ミラクルストレッチ	10 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 脂肪燃焼エクササイズ 剣道教室  *親子ピラティス *やさしいピラティス *キックボクシング&ストレッチ	11    *はじめのエアロビクス	12 剣道教室 バドミントン教室	13
14 ★ 市長杯争奪 バドミントン大会	15 休館日	16 巡りヨガ 太極拳教室 卓球教室  *首肩ゆるゆる体操 *HIP HOP入門	17 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 脂肪燃焼エクササイズ 剣道教室  *全身調整ヨガ①②	18 ナイトヨガ木    *中高年のための初めての やさしいチアダンス①②	19 柔道教室 剣道教室 バドミントン教室  *肩こり・腰痛～健康体操 *簡単のびのびストレッチ *エアロビクス（経験者） *体が硬くてもできるヨガストレッチ	20    *ひざが痛くてもできるイスヨガ
21 ★ 市民スポーツ大会 卓球大会	22 休館日	23 太極拳教室 卓球教室 巡りヨガ 柔道教室  *ミラクルストレッチ	24 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 脂肪燃焼エクササイズ 剣道教室	25 ナイトヨガ木    *肩こり・腰痛～健康体操	26 柔道教室 剣道教室	27
28 県バドミントン大会	29 休館日	30 休館日	31 休館日			
施設ご案内	利用時間	午前9時～午後9時				
	休館日	毎週月曜日（月曜日が祝日の場合はその翌平日）、年末年始				
	住所	〒470-1123 豊明市西川町笠原26番地1				
	主な施設	アリーナ、柔道場、剣道場、会議室、卓球場、トレーニングルーム				
	利用方法	利用する日の2か月前から申し込みできます。 トレーニングルーム及び卓球場は利用する当日に申し込みください。				

◎大会時は駐車場が混み合いますので、乗り合わせにご協力ください。

★★…混雑予想

老人福祉センター・児童館の予定表は各施設にて配布しています。

大会以外でも行事により駐車場が混み合う場合がございます。

◎ピンク色は当館主催の教室です。

\*…とよあけ市民大学『ひまわり』講座

豊明市福祉体育館

指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社

TEL 0562-93-5001

FAX 0562-93-6169

※行事は変更になる場合がございます。

# 豊明市福祉体育館11月行事カレンダー

	月	火	水	木	金	土
						1 ★★★
						愛知U-15 バスケットボール競技会 *ひざが痛くてもできるイスヨガ
2 ★★★	3 ★★★ 文化の日	4 休館日	5 ヨガ・50歳ヨガ 剣道教室 脂肪燃焼エクササイズ ナイトヨガ水 *全身調整ヨガ①②	6 ナイトヨガ木 *中高年のための初めての やさしいチアダンス①②	7 バドミントン教室 柔道教室 剣道教室 *肩こり・腰痛～健康体操 *簡単のびのびストレッチ *エアロビクス（経験者） *体が硬くてもできるヨガストレッチ	8
9 ★ ダブルス卓球 交流大会	10 休館日	11 巡りヨガ 太極拳教室 卓球教室 柔道教室 *ミラクルストレッチ	12 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 脂肪燃焼エクササイズ 剣道教室 *やさしいピラティス *キックボクシング&ストレッチ *親子ピラティス	13 ナイトヨガ木 *はじめてのエアロビクス	14 バドミントン教室 柔道教室 剣道教室 *はじめてのエアロビクス	15 *ひざが痛くてもできるイスヨガ
16 ★ 市民スポーツ大会 バスケットボール競技会	17 休館日	18 巡りヨガ 太極拳教室 卓球教室 柔道教室 *HIP HOP入門 *首肩ゆるゆる体操	19 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 脂肪燃焼エクササイズ 剣道教室 *全身調整ヨガ①②	20 ナイトヨガ木 *中高年のための初めての やさしいチアダンス①②	21 バドミントン教室 柔道教室 剣道教室 *簡単のびのびストレッチ *肩こり・腰痛～健康体操 *エアロビクス（経験者） *体が硬くてもできるヨガストレッチ	22
23 ★★★ 勤労感謝の日 尾南地区剣道 審査会	24 ★★ 振替休日 尾南地区剣道 審査会	25 休館日	26 脂肪燃焼エクササイズ *やさしいピラティス *キックボクシング&ストレッチ *親子ピラティス	27	28 バドミントン教室 *はじめてのエアロビクス	29
30 市民スポーツ大会 剣道競技会						
施設ご案内	利用時間	午前9時～午後9時				
	休館日	毎週月曜日（月曜日が祝日の場合はその翌平日）、年末年始				
	住所	〒470-1123 豊明市西川町笠原26番地1				
	主な施設	アリーナ、柔道場、剣道場、会議室、卓球場、トレーニングルーム				
	利用方法	利用する日の2か月前から申し込みできます。 トレーニングルーム及び卓球場は利用する当日に申し込みください。				

◎大会時は駐車場が混み合いますので、乗り合わせにご協力ください。

★★…混雑予想

老人福祉センター・児童館の予定表は各施設にて配布しています。

大会以外でも行事により駐車場が混み合う場合がございます。

◎ピンク色は当館主催の教室です。

\*…とよあけ市民大学『ひまわり』講座

豊明市福祉体育館

指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社

TEL 0562-93-5001

FAX 0562-93-6169

※行事は変更になる場合がございます。