

豊明市福祉体育館7月行事カレンダー

	月	火	水	木	金	土
	1	2 巡りヨガ 卓球教室 太極拳教室 柔道教室 *HIP HOP入門	3 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 キッズ・ジュニア体育 剣道教室 *元気になる全身調整ヨガ①②	4 ナイトヨガ木 *初めての中高年のボンボンダンス *中高年のボンボンダンス	5 バドミントン教室 柔道教室 剣道教室 *エアロビクス（経験者） *簡単なびのびストレッチ *肩こり・腰痛～健康体操 *ヨガストレッチ夜	6 *至福の寝落ちヨガ
7 中小体連愛知地区 支所卓球大会 （予備日）	8 休館日	9 巡りヨガ 太極拳教室 卓球教室 柔道教室 *骨格と筋肉を作るダンベル体操 *ミラクルストレッチ *親子のびのびリズム体操	10 ヨガ・50歳ヨガ 剣道教室 ナイトヨガ水 *やさしいピラティス *キックボクシング	11 ナイトヨガ木	12 バドミントン教室 剣道教室 *簡単なびのびストレッチ *はじめてのエアロビクス	13 脂肪燃焼エクササイズ IDAYレッスン 簡単パンチ&シェイプ
14 ★ 市民スポーツ ママさんバレーボール大会	15 海の日 バドミントン大会	16 休館日	17 ヨガ・50歳ヨガ 剣道教室 *肌ぐすで楽しい健康体操 *元気になる全身調整ヨガ①②	18 *初めての中高年のボンボンダンス *中高年のボンボンダンス	19 バドミントン教室 剣道教室 *ヨガストレッチ夜 *肩こり・腰痛～健康体操 *エアロビクス（経験者） *簡単なびのびストレッチ	20 ★★★ 中学校女子バレーボール 愛日大会
21 ★★★ 中学校女子バレーボール 愛日大会	22 休館日	23 中学校女子バレーボール 愛日大会 （予備日） *ミラクルストレッチ *親子のびのびリズム体操	24 *キックボクシング *やさしいピラティス	25	26 *はじめてのエアロビクス *肩こり・腰痛～健康体操	27 プログラミング講座 脂肪燃焼エクササイズ *至福の寝落ちヨガ
28 ★ 市民スポーツ バレーボール競技会	29 休館日	30 *HIP HOP入門	31			
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 豊明市西川町笹原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

※行事は変更になる場合がございます。

TEL 0562-93-5001

FAX 0562-93-6169