

豊明市福祉体育館 12月行事カレンダー

	月	火	水	木	金	土
1 ★ 市民スポーツ大会 剣道競技会	2	3 卓球教室 太極拳教室 *骨格と筋肉を作るダンベル教室 *骨盤調整・股関節7分ストレッチ *親子のびのびリズム体操 *HIP HOP入門	4 剣道教室 *全身調整ヨガ①②	5 *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	6 バドミントン教室 剣道教室 *親子で姿勢と動きの土台づくり *簡単エアロビクス *簡単なびのびストレッチ *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	7 *至福の寝落ちヨガ
8 ★★ 市民スポーツ大会 卓球競技会	9 休館日	10 巡りヨガ 太極拳教室 卓球教室 *骨格と筋肉を作るダンベル教室 *ミラクルストレッチ	11 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&ストレッチ	12 ナイトヨガ木	13 剣道教室	14 脂肪燃焼エクササイズ
15 ★ 市長杯争奪 バドミントン大会	16 休館日	17 巡りヨガ 太極拳教室 卓球教室 柔道教室 *親子のびのびリズム体操 *骨格と筋肉を作るダンベル教室 *骨盤調整・股関節7分ストレッチ *HIP HOP入門	18 ヨガ・50歳ヨガ 剣道教室 ナイトヨガ水 *リラックスで楽しい健康体操 *全身調整ヨガ①②	19 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	20 柔道教室 剣道教室 *肩こり・腰痛～健康体操 *簡単なびのびストレッチ *簡単エアロビクス *親子で姿勢と動きの土台づくり *体が硬くてもできるヨガストレッチ	21 脂肪燃焼エクササイズ *至福の寝落ちヨガ
22 ★ 愛知地区中学校交流 卓球大会	23 休館日	24 巡りヨガ 卓球教室 柔道教室 *ミラクルストレッチ	25 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水	26 ナイトヨガ木	27 柔道教室	28 脂肪燃焼エクササイズ
29 休館日	30 休館日	31 休館日				
施設案内	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

豊明市福祉体育館 1月行事カレンダー

	月	火	水	木	金	土
29 休館日	30 休館日	31 休館日	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4
5 ★★ 市長杯 争奪卓球大会	6	7 巡りヨガ 柔道教室 *親子のびのびリズム体操 *骨格と筋肉を作るダンベル体操 *骨盤調整・股関節ストレッチ *HIP HOP入門	8 ヨガ・50歳ヨガ ナイトヨガ水 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	9 ナイトヨガ木	10 剣道教室 柔道教室 *はじめてのエアロビ	11
12 ★ レク協会長杯 ショートテニス大会	13 成人の日	14 休館日	15 ヨガ・50歳ヨガ キッズ・ジュニア体育 剣道教室 ナイトヨガ水 *全身調整ヨガ①② *リアルで楽しい健康体操	16 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	17 剣道教室 柔道教室 *肩こり・腰痛〜健康体操 *簡単なびのびストレッチ *体が硬くてもできるヨガストレッチ *簡単エアロビクス *親子で姿勢と動きの土台づくり	18 *至福の寝落ちヨガ
19 ★ バドミントン強化練習 交流会	20 休館日	21 巡りヨガ 柔道教室 *骨格と筋肉を作るダンベル体操 *親子のびのびリズム体操 *骨盤調整・股関節ストレッチ *HIP HOP入門	22 ヨガ・50歳ヨガ キッズ・ジュニア体育 ナイトヨガ水 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	23 ナイトヨガ木	24 柔道教室 剣道教室 *はじめてのエアロビ	25 ★★ 市民スポーツ大会 バスケットボール 競技会
26 ★ はつらつポッチャ大会	27 休館日	28 巡りヨガ 柔道教室 *ミラクルストレッチ	29 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	30 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	31 剣道教室 柔道教室	
施設案内	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