

2月のプログラム中止日

一般公開

- 7(土) ・ スポーツ広場
- 8(日) ・ 弓道 9:00～15:20
【15:40～18:40 は実施 ※初心者優先】
- 11(水・祝) 祝日プログラムに変更
・ さわやかリズム健康体操
・ バドミントン ・ 親子リズム体操
- 23(月・祝) 祝日プログラムに変更
・ バレーボール ・ 柔道

教室

- 11(水・祝) ・ バトン
・ 体操
・ 理学療法士による
「姿勢改善」筋力トレーニング
・ シニアヨーガ
・ チェアヨガ
- 23(月・祝) ・ フットサル
・ 朝のピラティス 月曜
・ スポーツピラティス 月曜
・ らくらくヨーガ 月曜
・ リフレッシュヨーガ 月曜
・ ヨーガで健康ライフ

「第2格技場」 使用中止のお知らせ

天井工事のため、令和8年1月～3月（予定）は利用できません。
一般公開プログラムは競技場にて実施予定です。