

# にしなすの運動公園 12月 カレンダー 11/26現在

日	月	火	水	木	金	土
						1
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>		<b>6</b>	<b>7</b>
○体育館 ・ラストカップ大会 (バレーボール) (メイン・サブ)	○プール 休館日	○プール講座 ・肩こり腰痛改善10:00～10:30 ・バタフライ10:35～11:05 ・脂肪燃焼筋力アップ18:30～19:00 ※3月利用 予約開始日 (窓口受付開始)			○体育館 ・インディアカ審判講習会 (PM) ○プール講座 ・美容体操10:00～10:30 ・クロール10:35～11:05	○トレーニング初心者講習会 (10:30～12:00)
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
	○プール 休館日	○プール講座 ・肩こり腰痛改善10:00～10:30 ・バタフライ10:35～11:05 ・脂肪燃焼筋力アップ18:30～19:00		○体育館 ・栃高体連北部支部 新人バドミントン大会 (メイン・サブ)	○体育館 ・栃高体連北部支部 新人バドミントン大会 ○プール講座 ・美容体操10:00～10:30 ・クロール10:35～11:05	○体育館 ・スポーツ教室 フェンシング (メイン・サブ・研)
<b>16 家庭の日</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
○体育館 ・バレーボール審判講習会 (メイン・研)	○プール 休館日	○プール講座 ・肩こり腰痛改善10:00～10:30 ・バタフライ10:35～11:05 ・脂肪燃焼筋力アップ18:30～19:00			○プール講座 ・美容体操10:00～10:30 ・クロール10:35～11:05	○体育館 ・県協会長杯争奪 バレーボール大会 (メイン・サブ) ・トレーニング初心者講習会 (10:30～12:00)
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
○体育館 ・県協会長杯争奪 バレーボール大会 (メイン・サブ)	○体育館 ・ディスクスポーツ市民大会 (PM)	○プール 休館日		○体育館 バレーボール 新人戦監督会議(研)	○全施設  年末休館日	○全施設  年末休館日
<b>30</b>	<b>31</b>	※ 年末年始休館日 12/28～1/4 ※ 大会は、天候、進行状況により変更することがあります。 ※ トレーニング初心者講習会の時間帯は、一般の利用はできません。				
○全施設  年末休館日	○全施設  年末休館日	那須塩原市西那須野地区 スポーツ施設ホームページ  				