10 月 月 間 予 定 表

個 個人利用開放日　　トレ トレーニングルーム開放日

		柔道場						剣道場						弓道場半面						弓道場半面						大会議室						小会議室						和室							
日		9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	日	
9	木	並木	個	躰道	個	個	柔連	個	個	個	個	松剣	陳太	個	個	個	個	個	個	個	個	個	個	個	個	AMヨガ		PMヨガ				トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							9	木
10	金	個	個	個	個	個	合連	個	個	個	個	個	剣連	弓連						個	個	個	個	個	個	ストレッチ①②					中新井分会	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							10	金
11	土	スポ小剣練成会		PJJ	個	個	柔連	スポ小剣練成会		空ク	神明会	尚道会	剣イ	弓連				スポ弓		個	個	コバヤシ様	個	スポ弓						ダンス		トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							11	土
12	日	所沢市民合気道大会			合連	興武館	個	杖友	神明会	個	個	個	個	弓連						個	個	個	個	個	個	所沢市民合気道大会			卓球1			トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	所沢市民合気道大会						12	日
13	月	並木		個	興武館		松柳会	尚道会	個	個	個	個	所武	スポ弓50射会				個	個	スポ弓50射会				個	個	スポ弓50射会						トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ			並木			中新井3班	13	月
14	火	個	個	個	個	個	合養	個	個	個	個	個	剣連	弓連						個	個	個	個	個	個	ズンバ・はじピラ		卓球1				トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ							14	火
15	水	ピラティス		個	個	個	合連	ピラティス		個	個	剛心会	剣イ	個	個	個	個	個	個	個	個	個	個	個	セキグチ様	エアロ		卓球1			中新井分会	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ	トレ						中新井5班	15	水
16	木	並木		躰道			柔連					松剣	陳太	弓連												AMヨガ		PMヨガ																16	木
17	金						合連																		セキグチ様	ストレッチ①②		卓球1																17	金
18	土	合連					柔連				新所剣	香取剣		弓連								コバヤシ様		スポ弓		卓球2		剣道連盟		ダンス	中新井分会			剣道連盟									18	土
19	日	埼玉県レクリエーション大会						埼玉県レクリエーション大会						埼玉県レクリエーション大会						埼玉県レクリエーション大会						埼玉県レクリエーション大会						埼玉県レクリエーション大会						埼玉県レクリエーション大会						19	日
20	月	休館日																																									20	月
21	火						合養						剣連													ズンバ・はじピラ		卓球1																21	火
22	水	ピラティス					合連	ピラティス				剛心会	剣イ	弓連												エアロ					柔連														22	水
23	木	並木					柔連	太サ				松剣	陳太													AMヨガ		PMヨガ																23	木
24	金						合連						剣連	弓連												ストレッチ①②																		24	金
25	土	並木		PJJ			柔連	剣形		空ク		一刀会		秋草学園		弓連				秋草学園		コバヤシ様				卓球2		卓球1	卓球2															25	土
26	日			合連		興武館		新所剣	神明会			一刀会		弓連														弓連																26	日
27	月						松柳会						所武												セキグチ様	心と体ヨガ					空連														27	月
28	火						合養					松剣	剣連	弓連												ズンバ・はじピラ		卓球1																28	火
29	水	ピラティス					合連	ピラティス					剣イ												セキグチ様	エアロ																			29	水
30	木						柔連					松剣		弓連												AMヨガ		PMヨガ																30	木
31	金						合連					松剣	剣連												セキグチ様	ストレッチ①②																			31	金

11 月 月 間 予 定 表

個 個人利用開放日　　トレ トレーニングルーム開放日

		柔道場						剣道場						弓道場半面						弓道場半面						大会議室						小会議室						和室							
日		9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	9:00	11:00	13:00	15:00	17:00	19:00	日	
1	土	スポ小剣練成会		松井剣士会桜木杯準備				スポ小剣練成会		松井剣士会桜木杯準備					コバヤシ様							フォロー				卓球2		松井剣士会桜木杯準備													松井剣士会桜木杯準備			1	土
2	日	第10回記念桜木杯争奪松井剣士会						第10回記念桜木杯争奪松井剣士会						第10回記念桜木杯争奪松井剣士会					弓連	第10回記念桜木杯争奪松井剣士会						第10回記念桜木杯争奪松井剣士会						第10回記念桜木杯争奪松井剣士会						第10回記念桜木杯争奪松井剣士会						2	日
3	月	並木			興武館		松柳会	新所剣	神明会			尚道会	松剣	所武	秋草学園					秋草学園								剣連																3	月
4	火						合養					剣連	剣連	弓連												ズンバ・はじピラ		武道館																4	火
5	水	ピラティス					合連	ピラティス				剛心会	剣イ													エアロ	卓球2	筋膜	卓球1															5	水
6	木	並木		躰健			柔連	太サ				松剣	陳太	弓連												心と体ヨガ		武道館																6	木
7	金						合連	所武	婦体			松剣	剣連													ストレッチ①②																		7	金
8	土	合連					柔連	剣形	新所剣	空ク			剣イ	弓連								フォロー		スポ弓																				8	土
9	日	並木				興武館		新所剣	神明会																	卓球2																		9	日