

体育館行事ご案内

ヤマモリ体育館 桑名市中央町3-38 (電話) 22-6741

*下記ご案内について変更の場合もありますので、あらかじめご了承ください

*この行事予定は11月20日現在のものです

<u> </u>	<u>の行</u>	事予定は11月2	・0日境はのしの	C 9					(電話)22-	0/41	
	93 C	如	. 技	場	△業安	剣	道	場	柔	道	場
	曜日	午前(9-12)	午後(13-17)	夜間(18-21)	会議室	午前 (9-12)	午後(13-17)	夜間 (18-21)	午前(9-12)	午後(13-17)	夜間 (18-21)
1	月	卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6	T-25, o	桑卓クラブ1/3		太極拳	NPFC			西式体操	
		ヴィヴィット2/6		バスケットボール1/2		A-1					
2	火			休		館		日			
3	水	バドミントン教室 予備日①	スポーツ少年団 卓球1/6	若草卓球教室1/2 バドミントン3/6		壮健体操	エアロビクス・ひめトレ教室 予備日①		健康ヨガ		アクロバット
4	木	パドミントン1/6 ヴィヴィット2/6	若草卓球	教室1/2	(午前・午後)	社交ダンス	3 Mil C		モダンダンス		桑名柔道教室
				m.f.c(<i>\</i> እ``	桑名地区交通安全協会		7 to # (+ to				生型 协宜
5	金 ——	卓球1/6 バドミントン2/6	キッズ体操教室⑩	バスケットボール1/2			ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室 —————
6	土		§ごっこ1/2 ∙ボール1/2	―般利用 パドミントン	(午前・午後) 調整会議	体操	ペアフレンド	トレーニング	ヨガ	合気道士道館	桑名合気道愛好会
7	П		レーボール連盟 ion22	バレーボール1/3 バスケットボール1/2		桑名剣道協会	ダンス		合気道	合気道	
8	月	卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6	桑卓クラブ1/3		 太極拳	NPFC			———— 西式体操	
		ヴィヴィット2/6		新体操1/3 			14110	_		日邓阡沃	
9	火			休		館		日			
10	水			若草卓球教室1/2 卓球1/6 パドミントン2/6		壮健体操			健康ヨガ		アクロバット
11	木	ヴィヴィット2/6	若草卓球	教室1/2	(午前·午後) 桑名地区交通安全協会	社交ダンス			モダンダンス	ストレッチ	桑名柔道教室
	•			Sバレーボール1/6 バドミントン3/6			7 10 W 11 10	_L t= 44		健康運動教室	
12	金 —	卓球1/6 バドミントン2/6	キッズ体操教室・予備日①	Sバレーボール1/6	(夜間)団体会議		ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室 —————
13	土		求専門部北勢支部 :会北勢地区予選	トレーニング	(午後)団体会議		ペアフレンド				桑名合気道愛好会
14	日		ットボール連盟	スポ 少 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2	()	三 野球教室	幸 (要主辟)	ダンス	三 野球教室	幸 (要主辟)	
15	月	卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6	桑卓クラス1/3	人云红王	<u> </u>	NPFC		打小狄王	西式体操	
		ヴィヴィット2/6		バスケットボール1/2			11110	_		日30年床	
16	火			休 *** ********************************		館		日			
			_ 10	포프트대했다(기)	(压盐 压然)						
17	水		スポーツ少年団 卓球1/6 卓球1/6			壮健体操		アクロバット	健康ヨガ		合気道
17 18	_	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓球	 教室1/2	桑名地区交通安全協会 (午前・午後)			アクロバット	健康ヨガモダンダンス		
18	木	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓球 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6		桑名地区交通安全協会 (午前・午後)	社交ダンス	7 10 15 14 14		モダンダンス		桑名柔道教室
	木	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ^{卓球1/6} 卓球1/6 卓球1/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日① キッズ体操教室・予備日②	え 教室1/2 Sバレーボール1/6 バドミントン2/6 スポタ 若草卓球教室1/2 m.f.c(バンスケット) 1/2	桑名地区交通安全協会 (午前・午後)	社交ダンス 剣道	ふれ愛体操				
18	木金	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ^{卓球1/6} 卓球1/6 卓球1/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の 桑名卓	文 教室1/2 5パレーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2	桑名地区交通安全協会 (午前·午後) 桑名地区交通安全協会	社交ダンス			モダンダンス	アクロバット	桑名柔道教室
18	木金	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球教室⑦	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の 桑名卓 令和7年度 桑名卓球	え教室1/2 5/バレーボール1/6 バドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(バンケット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部	桑名地区交通安全協会 (午前·午後) 桑名地区交通安全協会 (終日)	社交ダンス 剣道 練功教室		太極拳	モダンダンス		桑名柔道教室 体操教室
18 19 20 21	木金土日	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球教室⑦	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の 桑名卓 令和7年度 桑名卓球 ばろう会 ソフトバレー交流会	え教室1/2 5バレーボール1/6 バドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(バスケット) 1/2 球協会	桑名地区交通安全協会(午前・午後)桑名地区交通安全協会(終日)三幸・研修会	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会	ペアフレンド	太極拳	モダンダンス健康ヨガ	合気道	桑名柔道教室 体操教室
18 19 20 21 22	木金土日月	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} バドミントン2/6 卓球教室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 ^{卓球同好会1/6} ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 ^{卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6} フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の 桑名卓球 令和7年度 桑名卓球 ばろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6	 教室1/2 がレーボール1/6 バドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(バスケット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 	桑名地区交通安全協会 (午前・午後) 桑名地区交通安全協会 (終日) 三幸・研修会 (終日) 三幸・研修会	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日①	ペアフレンド	太極拳	モダンダンス健康ヨガ		桑名柔道教室 体操教室
18 19 20 21	木金土日月	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} バドミントン2/6 卓球教室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の を発名卓球 がよう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6	対案1/2 5パレーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(バンケット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラス1/3	乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (終日) 三幸・終日) 三幸・研修会 (終日) 三幸・研修会	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会	ペアフレンド	太極拳	モダンダンス健康ヨガ	合気道	桑名柔道教室 体操教室
18 19 20 21 22	木金土日月火	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} ^{卓球1/6} バドミントン2/6 卓球教室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 ^{卓球同好会1/6} ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の 乗名卓球 で和7年度 桑名卓球 ばろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 スポーツ少年団	 教室1/2 がか空1/2 ボルーボールバル・バトミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パンカット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラブ1/3 若草卓球教室1/2 		社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会	ペアフレンド	太極拳	モダンダンス健康ヨガ	合気道	桑名柔道教室 体操教室
18 19 20 21 22 23 24	木金土日月火水	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球3を⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の 乗名卓球 がばろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 スポーツ少年団 卓球1/6 スポーツ少年団 卓球1/6	 教室1/2 がか空1/2 ボルーボールバル・バトミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パンカット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラブ1/3 若草卓球教室1/2 	乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (終・研修会 (終・研修会) 三幸・終・研修会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (午前・午後)	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 太極拳	ペアフレンド ダンス	太極拳 トレーニング 剣道	モダンダンス 健康ヨガ 合気道士道館	合気道 西式体操	桑名柔道教室 体操教室 ^{桑名合気道愛好会} 体操
18 19 20 21 22 23 24 25	木金土日月火水木	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球数室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の 桑名卓 令和7年度 桑名卓球 ばろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 本草球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6 本球1/6	対室1/2 5パレーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パンカット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラブ1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 対数室1/2	乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (終・研修会) 三幸・終・研修会 (年前・年後) 乗名地区交通安全協会 (午前・年後) 乗名地区交通安全協会	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 太極拳	ペアフレンド ダンス Baton Team Grace	太極拳 トレーニング 剣道 空手	モダンダンス健康ヨガ	合気道 西式体操	桑名柔道教室 体操教室 ^{桑名合気道愛好会}
18 19 20 21 22 23 24	木金土日月火水木	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球数室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日の キッズ体操教室・予備日の ・ 桑名卓球 がろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フポーツ少年団 卓球1/6 スポーツ少年団 ・ 本華中の ・ 本華中の ・ マラダンス教室 ・ 予備日②	*教室1/2 5パレーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パンカット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラブ1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 教室1/2 バドミントン3/6 m.f.c(パンカット) 1/2	乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (中前・毎日) 三幸終・一日のででである。 (終・終・一日のででは、一日のででである。 三幸が、日のででである。 (年のででである。) 乗名地区交通安全協会 (年のでである。) 乗名地区交通安全協会	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 太極拳	ペアフレンド ダンス	太極拳 トレーニング 剣道	モダンダンス 健康ヨガ 合気道士道館	合気道 西式体操	桑名柔道教室 体操教室 ^{桑名合気道愛好会} 体操
18 19 20 21 22 23 24 25	木金土日月火水木	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球3室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日② ・ 桑名卓 令和7年度 桑名卓球 ばろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 本草球1/6 本草球1/6 東球1/6 マーツ少年団 中球1/6 本球1/6 マーツ少年団 マージーでは マーツのでは マージーでは マーツのでは マージーで マージー マージー	*教室1/2 5パレーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パンカット) 1/2 球協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラブ1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 教室1/2 バドミントン3/6 m.f.c(パンカット) 1/2	乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (終・日) 三幸・終・研日の会 (年前・年後) 乗名地区交通安全協会 (午前・年後) 乗名地区交通安全協会	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 太極拳	ペアフレンド ダンス Baton Team Grace	太極拳 トレーニング 剣道 空手	モダンダンス 健康ヨガ 合気道士道館	合気道 西式体操	桑名柔道教室 体操教室 ^{桑名合気道愛好会} 体操
18 19 20 21 22 23 24 25 26	木金土日月火水木金土	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球数室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日② 乗名卓球 がよろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 クロ球1/6 マロボ1/6 マロボ1/6 マロボ1/6 スポーツ少年団 東球1/6 卓球1/6 スポーツ少年団 東球1/6 卓球1/6 スポーツ少年団 東球1/6 卓球1/6	*教室1/2 **パレーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パ、オケット) 1/2 ボ協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラス1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 教室1/2 バドミントン3/6 m.f.c(パ、スケット) 1/2 一般利用	乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (終・日) 三幸・終・研日) 三幸・終・研日の会 (午前・年後) 乗名地区交通安全協会 (午前・年後) 乗名地区交通安全協会 (午前・乗名市少年少女発明クラス	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 太極拳	ペアフレンド ダンス Baton Team Grace ふれ愛体操 ペアフレンド	太極拳 トレーニング 剣道 空手 太極拳 トレーニング	モダンダンス 健康ヨガ 合気道士道館	合気道 西式体操 ストレッチ 健康運動教室	桑名柔道教室 体操教室 桑名合気道愛好会 体操
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	木金土日月火水木金土日	バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球数室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日② 桑名卓球 がよろう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フテダンス教室 予備日② スポーツ少年団 も球1/6 スポーツ少年団 東球1/6 卓球1/6 オーツ少年団 東球1/6 卓球1/6	*教室1/2 **ボンーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パ、オケット) 1/2 ボ協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラス1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 教室1/2 バドミントン3/6 m.f.c(パ、オケット) 1/2 一般利用 バドミントン	乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (午前・午後) 乗名地区交通安全協会 (終・日) 三幸・終・研日) 三幸・終・研日の会 (午前・年後) 乗名地区交通安全協会 (午前・年後) 乗名地区交通安全協会 (午前・乗名市少年少女発明クラス	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 太極拳 壮健体操	ペアフレンド ダンス Baton Team Grace ふれ愛体操 ペアフレンド	太極拳 トレーニング 剣道 空手 太極拳 トレーニング	モダンダンス健康ヨガ合気道士道館モダンダンス	合気道 西式体操 ストレッチ 健康運動教室	桑名柔道教室 体操教室 桑名合気道愛好会 体操
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29		バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球教室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日② 桑名卓球 があう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 東球1/6 東球1/6 スポーツ少年団 卓球1/6 東球1/6 卓球1/6 スポーツ少年団 ・京ラダンス教室 予備日② スポーツ少年団 若草卓球教室1/2 新体操1/6 トボール	*教室1/2 **が変1/2 **ボーボール1/6 パドミントン2/6 スポッ 若草卓球教室1/2 m.f.c(パンガット) 1/2 ボ協会 選手権大会 一般の部 パスケットボール1/2 桑卓クラス1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 *教室1/2 バドミントン3/6 m.f.c(パンケット) 1/2 一般利用 バドミントン Baton Team Grace	聚名地区交通安全協会 (午前・午後) 聚名地区交通安全協会 (午前・年後) 聚名地区交通安全協会 (終・終・日) 三幸・終・研日) 三幸・終・研日の修会 (午前・毎後) 聚名地区交通安全協会 (午前・発後) 聚名地区交通安全協会 (年前) 聚名市少年少女発明クラス	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 壮健体操	ペアフレンド ダンス Baton Team Grace ふれ愛体操 ペアフレンド Baton Team Grace	太極拳 トレーニング 剣道 空極拳 トレーニング	モダンダンス 健康ヨガ 合気道士道館 モダンダンス 合気道士道館	合気道 西式体操 ストレッチ 健康運動教室 合気道	桑名柔道教室 体操教室 秦名合気道愛好会 体操 桑名 柔道教室 桑名 柔道教室
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28		バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球教室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日② 桑名卓球 があう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 東球1/6 東球1/6 スポーツ少年団 卓球1/6 東球1/6 卓球1/6 スポーツ少年団 ・京ラダンス教室 予備日② スポーツ少年団 若草卓球教室1/2 新体操1/6 トボール	*教室1/2 **ボンーボール1/6 パドミントン2/6 スポ少 若草卓球教室1/2 m.f.c(パ、オケット) 1/2 ボ協会 選手権大会 一般の部 バスケットボール1/2 桑卓クラス1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 教室1/2 バドミントン3/6 m.f.c(パ、オケット) 1/2 一般利用 バドミントン	聚名地区交通安全協会 (午前・午後) 聚名地区交通安全協会 (午前・年後) 聚名地区交通安全協会 (終・終・日) 三幸・終・研日) 三幸・終・研日の修会 (午前・毎後) 聚名地区交通安全協会 (午前・発後) 聚名地区交通安全協会 (年前) 聚名市少年少女発明クラス	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 壮健体操	ペアフレンド ダンス Baton Team Grace ふれ愛体操 ペアフレンド Baton Team Grace	太極拳 トレーニング 剣道 空極拳 トレーニング	モダンダンス 健康ヨガ 合気道士道館 モダンダンス 合気道士道館	合気道 西式体操 ストレッチ 健康運動教室 合気道	桑名柔道教室 体操教室 桑名合気道愛好会 体操 桑名合気道愛好会 桑名合気道愛好会
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29		バドミントン2/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6 卓球教室⑦ 桑名がん 第15回 黄昏交流会 卓球同好会1/6 ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6 バドミントン2/6 Baton Team Grace ヴィヴィット2/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン2/6	卓球1/6 卓球1/6 若草卓切 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 フラダンス教室・予備日② 桑名卓球 があう会 ソフトバレー交流会 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 東球1/6 東球1/6 スポーツ少年団 卓球1/6 東球1/6 卓球1/6 スポーツ少年団 ・京ラダンス教室 予備日② スポーツ少年団 若草卓球教室1/2 新体操1/6 トボール	*教室1/2 **が変1/2 **ボーボール1/6 パドミントン2/6 スポッ 若草卓球教室1/2 m.f.c(パンガット) 1/2 ボ協会 選手権大会 一般の部 パスケットボール1/2 桑卓クラス1/3 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2 *教室1/2 バドミントン3/6 m.f.c(パンケット) 1/2 一般利用 バドミントン Baton Team Grace	聚名地区交通安全協会 (午前・午後) 聚名地区交通安全協会 (午前・年後) 聚名地区交通安全協会 (終・終・日) 三幸・終・研日) 三幸・終・研日の修会 (午前・毎後) 聚名地区交通安全協会 (午前・発後) 聚名地区交通安全協会 (年前) 聚名市少年少女発明クラス	社交ダンス 剣道 練功教室 予備日① 桑名剣道協会 壮健体操	ペアフレンド ダンス Baton Team Grace ふれ愛体操 ペアフレンド Baton Team Grace	太極拳 トレーニング 剣道 空極拳 トレーニング	モダンダンス 健康ヨガ 合気道士道館 モダンダンス 合気道士道館	合気道 西式体操 ストレッチ 健康運動教室 合気道	桑名柔道教室 体操教室 桑名合気道愛好会 体操 桑名合気道愛好会 桑名合気道愛好会

- ・個人利用の卓球、トレーニング使用料は2時間まで、桑名市在住の方で大人150円・中学生以下70円、市外在住の方で大人300円・中学生以下140円 となります。
- ・シューズ、ラケット、ピン球、シャトルは各自ご持参ください。
- ・競技場、剣道場、柔道場は3ヶ月前から申込みできます。ただし4週間前までに使用料の支払いがない場合、仮予約は取り消しになります。

桑名市のHPアドレス http://www.city.kuwana.lg.jp/

桑名市スポーツ施設のHPアドレス http://www.kuwanashisportshisetsu.jp/top/

★【一般利用・バドミントン】のご利用(受付)方法

①16:30~ 整理券配布開始→先着12組(12コート分)、1人1コートまでご予約可能です

②16:45~ 予約受付開始→17:00~か、19:00~の時間帯をお選びください

マモリ体育館からのお知らせ、12月

レッツトライ!楽しく・元気に仲間と遊ぼう!~

6和7年度第Ⅲ期(げんきキッズ子ども運動遊び教室

開講日	1/9 · 16 · 23 · 30 2/6
時間	幼児コース【年中・年長 定員:25名】 15:15~16:15
时间	小学生コース【小学1~3年 定員:30名】 16:30~17:30
場所	ヤマモリ体育館 2階競技場
講師	日本レクリエーション協会 レクリエーションインストラクター 伊藤早苗
受講料	全5回 2,500円(保険料含む)
	ヤマモリ体育館2階受付にて申込用紙に必要事項をご記入の上、
申込方法	お申込みください
	※各コース応募多数による定員超過の場合は抽選とさせていただきます



12/5(金)10:00 ~ 12/25(木) ★受付期間★

ストレッチ

12/11(木) 25(木)

13:00~14:30

~痛い人も痛くない人も知って得する!~

「自宅でできる簡単腰痛予防法」

【場 所】ヤマモリ体育館 3階柔道場

【講 師】柔道整復師 めいせい整骨院 院長 松田全弘 【受講料】300円(保険料込)

【持ち物】動きやすい服装、飲み物、タオル等

※事前申し込みは必要ありません 教室開講 10 分前 までにヤマモリ体育館柔道場に直接お越しください 受講者名簿に氏名をご記入頂き、受講料 300 円を

お支払いください

オリエンテーションサービス

500円(税込)

それぞれの目的に合わせた運動プラグラムをご案内いたします ※トレーニング室利用料 別途必要となります

12/4 (木)・12 (金)・18 (木)・26 (金)

 $9:00\sim13:00$ の間、1時間ごとにトレーニング室にて実施します

*ヤマモリ体育館2階窓口またはお電話にてご予約できます







