



↑ 休館日		社会体育館						大山総合体育センター(スポール)										テニスコート		グラウンド		
								トレーニングルームは常時利用可(休館日除く)														
		アリーナ			スタジオ			武道場						ミーティングルーム								
月	曜日	9-13	13-19 (日祝-17)	19-21:30	9-13	13-17	17-21:30	9-13	13-17	17-21:30	9-13	13-17	17-21:30	ピロティ	9-13	13-17	17-21:30	9-13	13-17	夜間		
1	木	上滝中		12地区体協ビーチ		12地区体協上滝体操	スクール		スクール	カラテ大山スポ少			カラテ大山スポ少								JSC	
2	金	上滝中		12地区体協卓球		トランポピクス(金)	金曜太極拳	遊悠元気塾	やさしいヨガ	カラテ大山スポ少											JSC	
3	土	上滝中			スクール	はじめての太極拳	スクール	8-21 富山県剣道道場連盟			8-21 富山県剣道道場連盟				8-21 富山県剣道道場連盟							
4	日	上滝中						8-17 富山県剣道道場連盟			8-17 富山県剣道道場連盟				8-17 富山県剣道道場連盟							
5	月																					
6	火	上滝中		12地区体協卓球			整うヨガ	ソフトエアロ&ヨガ		カラテ大山スポ少			カラテ大山スポ少								JSC	
7	水	上滝中		19-21 大庄体協									空手協会								上滝エンゼルス	
8	木	上滝中		12地区体協ビーチ		12地区体協上滝体操	パワーヨガ		いきいきストレッチ体操	カラテ大山スポ少			カラテ大山スポ少								JSC	
9	金	上滝中		12地区体協卓球		トランポピクス(金)	金曜太極拳	遊悠元気塾	やさしいヨガ	カラテ大山スポ少											JSC	
10	土	上滝中			スクール	スクール	スクール	9-13 市剣道連盟	15-18 県高齢剣友会		9-13 市剣道連盟	15-18 県高齢剣友会	空手協会									
11	日							たのしい体操セミナー			たのしい体操セミナー											
12	月							たのしい体操セミナー			たのしい体操セミナー											
13	火						スクール	スクール													JSC	
14	水												空手協会								上滝エンゼルス	
15	木						スクール		スクール												JSC	
16	金	上滝中				スクール	スクール	スクール	スクール											13-17 大阪女学院中学校	JSC	
17	土	上滝中			トランポピクス(土)	はじめての太極拳	エアロ&ピラティス						空手協会							9-17 大阪女学院中学校		
18	日	上滝中							救命講習会			救命講習会		(玄関前)7:45-9市教委								
19	月													(玄関前)17:45-19市教								
20	火	上滝中		12地区体協卓球			整うヨガ	ソフトエアロ&ヨガ		カラテ大山スポ少			カラテ大山スポ少	9-17 科学博物館	9-21 科学博物館(夏休み恐竜探検隊)						JSC	
21	水	上滝中		19-21 大庄体協									空手協会	9-17 科学博物館	9-21 科学博物館(夏休み恐竜探検隊)						上滝エンゼルス	
22	木	アリーナ床メンテナンス				12地区体協上滝体操	パワーヨガ		いきいきストレッチ体操	カラテ大山スポ少			カラテ大山スポ少	9-17 科学博物館	9-17 科学博物館(夏休み恐竜探検隊)						JSC	
23	金	アリーナ床メンテナンス				トランポピクス(金)	金曜太極拳	遊悠元気塾	やさしいヨガ	カラテ大山スポ少												JSC
24	土	上滝中			トランポピクス(土)	はじめての太極拳	エアロ&ピラティス	9-13 わくわくファームきりり			9-13 わくわくファームきりり		空手協会									
25	日	上滝中																				
26	月																					
27	火	上滝中 始業式		12地区体協卓球			整うヨガ	ソフトエアロ&ヨガ		カラテ大山スポ少			カラテ大山スポ少								JSC	
28	水	上滝中											空手協会								上滝エンゼルス	
29	木	上滝中		12地区体協ビーチ		12地区体協上滝体操	パワーヨガ		いきいきストレッチ体操	カラテ大山スポ少			カラテ大山スポ少								JSC	
30	金	上滝中		12地区体協卓球		スクール	スクール	スクール	スクール	カラテ大山スポ少											JSC	
31	土	上滝中			トランポピクス(土)	スクール	エアロ&ピラティス			13-17市剣道連盟			13-17市剣道連盟	空手協会								