



日	曜日	アリーナ			スタジオ			武道場						テニスコート			グラウンド
		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	剣道場			柔道場			午前	午後	夜間	
								午前	午後	夜間	午前	午後	夜間				
1	木			大山体協 ビーチ		上滝体操	パワーヨガ		ストレッチ セミナー	カラテ大山 スポ少		ストレッチ セミナー	大山柔道 スポ少				JSC
2	金			大山体協 卓球		トランポ ピクス	金曜心 太極拳			カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少				JSC
3	土																
4	日																
5	月	休館日															
6	火			大山体協 卓球	ソフトエア ロ&ヨガ	健康フラ	ヒップ ホップ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC
7	水									空手協会			空手協会				
8	木			大山体協 ビーチ		上滝体操	パワーヨガ		ストレッチ セミナー	カラテ大山 スポ少		ストレッチ セミナー	大山柔道 スポ少				JSC
9	金			大山体協 卓球		トランポ ピクス	金曜心 太極拳			カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少				JSC
10	土	インテック バドミントン大会				土曜心 太極拳	エアロ& ピラティス	幼児小学 生体操		空手協会	幼児小学 生体操		空手協会				
11	日	インテック バドミントン大会															
12	月	休館日															
13	火			大山体協 卓球	ソフトエア ロ&ヨガ	健康フラ	ヒップ ホップ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC
14	水									空手協会			空手協会				
15	木			大山体協 ビーチ		上滝体操	パワーヨガ		ストレッチ セミナー	カラテ大山 スポ少		ストレッチ セミナー	大山柔道 スポ少				JSC
16	金			大山体協 卓球		トランポ ピクス	金曜心 太極拳			カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少				JSC
17	土	9-16 富山農林 振興振興センター				土曜心 太極拳	エアロ& ピラティス	幼児小学 生体操		空手協会	幼児小学 生体操		空手協会				
18	日	9-13富山いずみ 高校 (ソフトテニス)															
19	月	休館日															
20	火			大山体協 卓球	ソフトエア ロ&ヨガ		ヒップ ホップ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC
21	水									空手協会			空手協会				
22	木			大山体協 ビーチ		上滝体操			ストレッチ セミナー	カラテ大山 スポ少		ストレッチ セミナー	大山柔道 スポ少				JSC
23	金							日本空手協会 大山支部				日本空手協会 大山支部					
24	土					土曜心 太極拳	エアロ& ピラティス	幼児小学 生体操		空手協会	幼児小学 生体操		空手協会				
25	日																
26	月	休館日															
27	火			大山体協 卓球		健康フラ				カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC
28	水									空手協会			空手協会				KDA
29	木			大山体協 ビーチ		上滝体操				カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC
30	金			大山体協 卓球						カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少				JSC



日	曜日	アリーナ			スタジオ			武道場						テニスコート			グラウンド	
		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	剣道場			柔道場			午前	午後	夜間		
								午前	午後	夜間	午前	午後	夜間					
1	土					土曜日 太極拳		幼児小学 生体操	富山市 剣道連盟	空手協会	幼児小学 生体操		空手協会					
2	日		大山ビーチ 交流会	/		/		おやこで 運動あそび		/	おやこで 運動あそび	13-17 華心RGC	/				/	
3	月	休館日																
4	火			大山体協 卓球	ソフトエア ロ&ヨガ	健康フラ	ヒップ ホップ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC	
5	水									空手協会			空手協会					
6	木			大山体協 ビーチ		上滝体操	パワーヨガ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC	
7	金			大山体協 卓球		トランポ ビクス	金曜日 太極拳			カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少				JSC	
8	土					土曜日 太極拳	エアロ& ピラティス	幼児小学 生体操	富山市 剣道連盟	空手協会	幼児小学 生体操	13-17 華心RGC	空手協会					
9	日	9-13富山いずみ 高校 (ソフトテニス)	/	/		/				/	9-17 華心RGC	/	/			/	/	
10	月	休館日																
11	火			大山体協 卓球	ソフトエア ロ&ヨガ	健康フラ	ヒップ ホップ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC	
12	水									空手協会			空手協会					
13	木			大山体協 ビーチ		上滝体操	パワーヨガ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC	
14	金			大山体協 卓球		トランポ ビクス	金曜日 太極拳			カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少				JSC	
15	土					土曜日 太極拳	エアロ& ピラティス	幼児小学 生体操		空手協会	幼児小学 生体操		空手協会					
16	日	9-13富山いずみ 高校 (ソフトテニス)	/	/		/				/	9-17 華心RGC	/	/			/	/	
17	月	休館日																
18	火			大山体協 卓球	ソフトエア ロ&ヨガ	健康フラ	ヒップ ホップ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC	
19	水							スマイル 元気セミ ナー		空手協会	スマイル 元気セミ ナー		空手協会					
20	木			大山体協 ビーチ		上滝体操	パワーヨガ			カラテ大山 スポ少			大山柔道 スポ少				JSC	
21	金			大山体協 卓球		トランポ ビクス	金曜日 太極拳			カラテ大山 スポ少			カラテ大山 スポ少				JSC	
22	土					エアロ& ピラティス				空手協会			空手協会					
23	日	9-13富山いずみ 高校 (ソフトテニス)	/	/		/				/		/	/			/	/	
24	月	9-13富山いずみ 高校 (ソフトテニス)	/	/		/				/		/	/			/	/	
25	火			大山体協 卓球									大山柔道 スポ少				JSC	
26	水									空手協会			空手協会					
27	木			大山体協 ビーチ		上滝体操							大山柔道 スポ少				JSC	
28	金	休館日																
29	土	休館日																
30	日	休館日																
31	月	休館日																