

平成30年度石狩市B&G海洋センター後期週間
利用予定表（11月～4月）

アリーナ	午 前 9:00～12:00	午 後 1 12:00～15:00	午 後 2 15:00～18:00	夜 間 18:00～21:00
月	スポンジテニス バドミントン	ラージボール・バドミントン ※12月、平成31年1月 やさしい筋力トレーニング教室 ※平成31年2月・3月 春の体カアップトレーニング教室	バレーボール	バドミントン教室
火	ヨガ教室	ラージボール バドミントン	キッズスポーツクラブ	ピラティス教室 ヨガ教室
水	※11月、平成31年2～4月スポンジテニス ※12月、平成31年1月 スポンジテニス バウンドテニス	バウンドテニス ※12月、平成31年1月 やさしい筋力トレーニング	バドミントン教室 (小学生)	スポーツ塾 (バスケットボール教室)
木	ピラティス教室	ラージボール バドミントン	剣道教室 (小学生) バスケットボール	剣道
金	ミニバレー	スポンジテニス・バドミントン ※12月、平成31年1月 やさしい筋力トレーニング教室 ※平成31年2月・3月 春の体カアップトレーニング教室	バスケットボール	スポンジテニス
土	専用利用	専用利用	専用利用	専用利用
日	専用利用	専用利用	専用利用	専用利用

トレーニングルーム	午 前 9:00～12:00	午 後 1 12:00～15:00	午 後 2 15:00～18:00	夜 間 18:00～21:00
月	卓球	フォークダンス	軽スポーツ	剣道
火	ラージボール	卓球	剣道教室 (小学生)	柔道教室
水	卓球	ラージボール	軽スポーツ	卓球
木	ラージボール	卓球	軽スポーツ	軽スポーツ
金	卓球	ラージボール	軽スポーツ	柔道教室
土	専用利用	専用利用	専用利用	居合道
日	専用利用	専用利用	専用利用	専用利用

※1 土、日、祝日については、専用利用を受け付けています。専用利用がない場合、一般開放としますので、専用利用の有無については、アリーナ横の掲示板または、お電話でご確認ください。

■問合せ先■ 石狩市B&G海洋センター 0133-64-6010