

日 曜 日		メインアリーナ													サブアリーナ													ランニングコース														
時間		9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	#	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	#	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
1	日	エバーグリーンフェスティバル																											利用不可（～17：00）													
2	月																																									
3	火	休館日														休館日													休館日													
4	水																																									
5	木																																									
6	金	松本秀峰中等教育学校 第2回体育祭														松本秀峰中等教育学校 第2回体育祭													利用不可（～17：00）													
7	土	J B Aキッズサポート講習会										前日準備													前日準備					利用不可（終日）												
8	日	長野県ダンススポーツ大会														長野県ダンススポーツ大会													利用不可（終日）													
9	月	サンプロススポーツフェスティバル2025										ユメックスデー					サンプロススポーツフェスティバル2025								ユメックスデー					利用不可（～18：00）												
10	火																																									
11	水																																									
12	木																																									
13	金	学校体育スポーツ講座																											利用不可（～17：00）													
14	土	全国障がい者スポーツ大会関東北信越ブロック予選会障がい者バスケットボール競技														全国障がい者スポーツ大会関東北信越ブロック予選会障がい者バスケットボール競技													利用不可（終日）													
15	日	全国障がい者スポーツ大会 関東北信越ブロック予選会障がい者バスケット競技														全国障がい者スポーツ大会 関東北信越ブロック予選会障がい者バスケット競技													利用不可（17：00）													
16	月																																									
17	火	休館日														休館日													休館日													
18	水																																									
19	木																																									
20	金																			全国高等学校野球選手権長野県大会抽選会																						
21	土						全国高等学校野球選手権 長野県大会抽選会				中信地区中学校体育連盟剣道夏季大会					全国高等学校野球選手権長野県大会抽選会								中信地区中学校体育連盟 剣道夏季大会								利用不可（12：00～）										
22	日	中信地区中学校体育連盟剣道夏季大会														中信地区中学校体育連盟剣道夏季大会													利用不可（～19：00）													
23	月											ユメックスデー													ユメックスデー																	
24	火	学校体育スポーツ講座																											利用不可（～17：00）													
25	水																																									
26	木																																									
27	金	学校体育スポーツ講座									前日準備													前日準備					利用不可（終日）													
28	土	中信地区中学校体育連盟剣道夏季大会														中信地区中学校体育連盟剣道夏季大会													利用不可（19：00）													
29	日	楊名時八段錦・太極拳 総会・講習会																											利用不可（～17：00）													
30	月																																									