

Main table showing sports activities (Basketball, Badminton, Table Tennis) and martial arts (Judo, Karate) across 31 days of the month. Includes columns for date, day of the week, and specific activity times.

※この予定表は2月20日作成です。変更になることもありますのでHP/LINEにてご確認ください。

<お願い>

<区主催事業>

水曜日 ◆F柔道(水曜ファミリー柔道)

●団体利用枠に(毎週火曜日・金曜日)7日前までに申し込みがない場合は、個人利用に切り替えます。

◆第一武道場以外でのご利用の際は、必ず室内運動靴をご持参ください。

●バドミントン(バド)・卓球は1時間単位の利用です。大会が早く終了した時は個人利用に切り替わる場合もあります。

◆午後6時以降は、小学生以下のお子様だけの利用はできません。保護者(18歳以上)の同伴が必要です。

<ミスノグループ主催事業>

Table listing activities for Monday through Thursday, including 'シェイプアップ運動教室' and 'ストレッチ&コンディショニング教室'.

Table listing activities for Friday, including '朝ヨガピラティス' and '筋トレ&ストレッチピラティス'.

<ミスノ 単発レッスン>

Table listing one-time lessons for Wednesday, including 'シニアスポーツ教室' and '個人参加型バレーボール'.

空き状況は変動しますので体育館受付までお問い合わせください。



ミスノグループ主催事業詳細はこちらから

大泉学園町体育館 https://shisetsu.mizuno.jp/m-/7504