

2020年 8月 松本市総合体育館 イベント予定表

日	曜日	メインアリーナ	サブアリーナ・会議室
1	土		熟年体育大学(サブ 8:30~12:30) ミズノ ヨガ教室(2トレ)
2	日		
3	月	ミズノ・バドミントン教室(10:30~)	支援センターエアロビクス教室(サブ 10:30~) ミズノ 親子体操・ヨガ・ピラティス・燃焼エアロ(2ト)
4	火	休 館 日	
5	水		支援センター・ちょこっトレニング(2トレ 10:00~)
6	木	ミズノ・ジュニアバドミントン教室無料体験(19:15~)	ミズノ 走り方教室(サブ 9:00~) 支援センター健康ライフアップ教室(サブ13:00~15:00)
7	金		ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)
8	土		
9	日		
10	月祝		
11	火	休 館 日	
12	水		支援センター・ちょこっトレニング(2トレ 10:00~)
13	木		ミズノ 骨盤矯正ヨガ・美BODYエクササイズ教室
14	金		ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)
15	土		ミズノ ヨガ教室(2トレ)
16	日		
17	月	ミズノ・バドミントン教室(10:30~)	ミズノ親子体操・ヨガ・ピラティス・燃焼エアロ(2トレ)
18	火	休 館 日	
19	水	ミズノ 卓球教室	支援センター・ちょこっトレニング(2トレ 10:00~)
20	木		ミズノ 骨盤矯正ヨガ・美BODYエクササイズ教室
21	金		ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)
22	土		ミズノ ヨガ教室(2トレ)
23	日		ミズノ スポーツ塾とび箱(2トレ 9:00~)
24	月	ミズノ・バドミントン教室(10:30~)	支援センターエアロビクス教室(サブ 10:30~) ミズノ 親子体操・ヨガ・ピラティス・燃焼エアロ(2ト)
25	火	休 館 日	
26	水		支援センター・ちょこっトレニング(2トレ 10:00~)
27	木	ミズノ・ジュニアバドミントン教室無料体験(19:15~)	ミズノ 骨盤矯正ヨガ・美BODYエクササイズ教室
28	金		ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)
29	土		熟年体育大学(サブ 8:30~12:30) ミズノ ヨガ教室(2トレ)
30	日		
31	月	ミズノ・バドミントン教室(10:30~)	ミズノ親子体操・ヨガ・ピラティス・燃焼エアロ(2トレ)

※駐車場混雑予想日