

2020年 7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	水		熟年体育大学(小 10:30～15:00)
2	木	健康チェック(午前中)	
3	金		
4	土		熟年体育大学(大 8:30～12:30)
5	日		
6	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・ピラティス等(2トレ)
7	火		
8	水	熟年体育大学(8:30～12:30)	ミズノ 卓球教室・バスケットボールスクール(サブ)
9	木		ミズノ 骨盤矯正ヨガ・美BODYエクササイズ教室
10	金		ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)
11	土		
12	日		
13	月	ミズノ・バドミントン教室(10:30～)	ミズノ 親子体操・ヨガ・ピラティス等(2トレ)
14	火		
15	水		支援センター・ちょこっとトレーニング(2トレ 10:00～) ミズノ 卓球教室・バスケットボールスクール(サブ)
16	木		ミズノ 骨盤矯正ヨガ・美BODYエクササイズ教室
17	金		ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)
18	土	熟年体育大学(8:30～12:30)	
19	日		
20	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・ピラティス等(2トレ)
21	火		
22	水		熟年体育大学(サブ 10:30～12:30)
23	木		ミズノ 骨盤矯正ヨガ・美BODYエクササイズ教室
24	金	JOC全日本ジュニアバドミントン中信予選	ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)
25	土	松本市中学校体育連盟 卓球競技	
26	日		
27	月	ミズノ・バドミントン教室(10:30～)	ミズノ 親子体操・ヨガ・ピラティス等(2トレ)
28	火		
29	水		ミズノ 卓球教室・バスケットボールスクール(サブ)
30	木		ミズノ 骨盤矯正ヨガ・美BODYエクササイズ教室 支援センター健康ライフアップ教室(サブ 13:00～15:00)
31	金		ミズノ シェイプアップ・ピラティス等(2トレ)