

10月分		第 2 体 育 室										第 3 体 育 室										ト レ ー ニ ン グ 室																		
10/14 現在		9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	火	ひまわりチアーズ9-12				太極拳			うごけるスタジオ16-18			剣道練習会															卓球教室													
2	水	軽スポーツ10-12			脂肪燃焼			ダンスサークルウィーナス15-18				空手練習会			卓球練習会(一般)									卓球練習会																
3	木	背骨ピギナーズ			50歳						柔道練習会			卓球練習会(一般)																										
4	金	星友会10-12			オビロビ13-15						剣道練習会																													
5	土							柔道練習会			空手練習会																													
6	日	第12回秋季ラージボール卓球大会 8-18										少林寺拳法練習会										第12回秋季ラージボール卓球大会 8-18																		
7	月	休 館 日																																						
8	火	ひまわりチアーズ9-12				太極拳			うごけるスタジオ16-18			剣道練習会															卓球教室													
9	水	軽スポーツ10-12			脂肪燃焼			ダンスサークルウィーナス15-18				空手練習会			卓球練習会(一般)									卓球練習会																
10	木	背骨ピギナーズ			50歳						柔道練習会			卓球練習会(一般)																										
11	金	星友会10-12			オビロビ13-15						剣道練習会																													
12	土				ニューススポーツ研修会 13-15			柔道練習会			空手練習会									ニューススポーツ研修会 13-15																				
13	日	第22回秋季ダブルス卓球大会 8-21										第22回秋季ダブルス卓球大会 8-21																												
14	月	1体に同じ 8-17 (卓球)										1体に同じ 8-17 (卓球)										1体に同じ 8-17																		
15	火	休 館 日																																						
16	水	軽スポーツ10-12						ダンスサークルウィーナス15-18				空手練習会			卓球練習会(一般)						卓球練習会			卓球教室																
17	木										柔道練習会			卓球練習会(一般)																										
18	金	星友会10-12			オビロビ13-15						剣道練習会																													
19	土							柔道練習会			空手練習会																													
20	日	全十勝秋季卓球大会(ジュニア・一般の部) 8-17										少林寺拳法練習会										全十勝秋季卓球大会(ジュニア・一般の部) 8-17																		
21	月	休 館 日																																						
22	火	ひまわりチアーズ9-12				帯広バトン 12-13						剣道練習会																												
23	水	休 館 日																																						
24	木	ピラティス			ピギナーズ 50歳						柔道練習会			卓球練習会(一般)																										
25	金	星友会10-12			オビロビ13-15						剣道練習会																													
26	土							柔道練習会			空手練習会																													
27	日	第40回秋季男女混合団体卓球大会 8-19										第40回秋季男女混合団体卓球大会 8-19																												
28	月	休 館 日																																						
29	火	ひまわりチアーズ9-12							うごけるスタジオ16-18			剣道練習会															卓球教室													
30	水	軽スポーツ10-12						ダンスサークルウィーナス15-18				空手練習会			卓球練習会(一般)									卓球練習会																
31	木	ピラティス			ピギナーズ 50歳						柔道練習会			卓球練習会(一般)																										

使用料	個人券	回数券	1ヶ月券
高校生	90円	450円	900円
高齢者	90円	450円	900円
大人	180円	900円	1,800円

開館時間 9:00~21:00

※回数券・1ヶ月券は帯広市総合体育館・帯広の森体育館及び帯広の森スポーツセンター(夏期)でご利用いただけます。

\*休館日\* 月曜日・祝祭日の翌日(ただし、その翌日が土・日に重なる日を除く)  
 \*臨時開館\* 11月~3月までの第1・3・5月曜日と祝日の翌日を開館いたします。  
 =お問い合わせ= 帯広市総合体育館 《帯広市大通り北1丁目 Ⅱ (0155) 22-7828》

#### 使用時の注意事項

- スリッパ・素足での利用は禁止しています。必ず運動靴(黒い靴底の靴はご遠慮下さい)を持参して下さい。
- 中学生以下の方が午後6時以降使用される場合は保護者及び指導者の同伴が必要となります。
- 貴重品等の保管はロッカーを使用する等各自で責任を持って管理して下さい。
- 用具は各自でご用意下さい。卓球ラケット・バドミントンラケットの貸出し、卓球ボール・バドミントンシャトルミニバレーボールの販売も行っています。
- 使用後は、用具を元に戻して下さい。

11月分	第2体育室											第3体育室											トレーニング室																			
10/22 現在	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21			
1 金	星友会				オビロピ				剣道練習会																																	
2 土							柔道練習会			空手練習会																																
3 日	1 体 に 同 じ 8-21											1 体 に 同 じ 8-21											1 体 に 同 じ 9-21																			
4 月																																										
5 火	1 体 に 同 じ 9-16						剣道練習会			1 体 に 同 じ 9-16						卓球教室			1 体 に 同 じ 9-16																							
6 水	軽スポーツ			ダンスサークルウィーナス			空手練習会			卓球練習会(一般)			卓球練習会																													
7 木	ピラティス			ビギナーズ 50歳			柔道練習会			卓球練習会(一般)																																
8 金	星友会				オビロピ				剣道練習会																																	
9 土							柔道練習会			空手練習会																																
10 日	第16回レディースカップ卓球大会 8-18											少林寺拳法練習会			第16回レディースカップ卓球大会 8-18																											
11 月	休 館 日																																									
12 火	ひまわりチアーズ				うごけるスタジオ				剣道練習会			卓球教室																														
13 水	軽スポーツ			ダンスサークルウィーナス			空手練習会			卓球練習会(一般)			卓球練習会																													
14 木	ピラティス			ビギナーズ 50歳			柔道練習会			卓球練習会(一般)																																
15 金	星友会				オビロピ				剣道練習会																																	
16 土							柔道練習会			空手練習会																																
17 日	第11回冬季ラージボール卓球大会 8-18											少林寺拳法練習会			第11回冬季ラージボール卓球大会 8-18																											
18 月	1 体 に 同 じ 12-21											1 体 に 同 じ 12-21											1 体 に 同 じ 12-21																			
19 火	ひまわりチアーズ				うごけるスタジオ				剣道練習会																																	
20 水	軽スポーツ			ダンスサークルウィーナス			空手練習会			卓球練習会(一般)			卓球練習会																													
21 木	ピラティス			ビギナーズ 50歳			柔道練習会			卓球練習会(一般)																																
22 金	星友会				オビロピ				剣道練習会																																	
23 土	1 体 に 同 じ 8-21											1 体 に 同 じ 8-21											1 体 に 同 じ 8-21																			
24 日	1 体 に 同 じ 8-18											少林寺拳法練習会			1 体 に 同 じ 8-18																											
25 月	休 館 日																																									
26 火	ひまわりチアーズ				うごけるスタジオ				剣道練習会																																	
27 水	軽スポーツ			ダンスサークルウィーナス			空手練習会			卓球練習会(一般)			卓球練習会																													
28 木	ピラティス			ビギナーズ 50歳			柔道練習会			卓球練習会(一般)																																
29 金	星友会				オビロピ				剣道練習会																																	
30 土							柔道練習会			空手練習会																																

使用料	個人券	回数券	1ヶ月券
高校生	90円	450円	900円
高齢者	90円	450円	900円
大人	180円	900円	1,800円

開館時間 9:00~21:00

※回数券・1ヶ月券は帯広市総合体育館・帯広の森体育館及び帯広の森スポーツセンター(夏期)でご利用いただけます。

\*休館日\* 月曜日・祝祭日の翌日(ただし、その翌日が土・日に重なる日を除く)  
 \*臨時開館\* 11月~3月までの第1・3・5月曜日と祝日の翌日を開館いたします。  
 =お問い合わせ= 帯広市総合体育館 《帯広市大通り北1丁目 ㊦(0155)22-7828》

**使用時の注意事項**

- スリッパ・素足での利用は禁止しています。必ず運動靴(黒い靴底の靴はご遠慮下さい)を持参して下さい。
- 中学生以下の方が午後6時以降使用される場合は保護者及び指導者の同伴が必要となります。
- 貴重品等の保管はロッカーを使用する等各自で責任を持って管理して下さい。
- 用具は各自でご用意下さい。卓球ラケット・バドミントンラケットの貸出し、卓球ボール・バドミントンシャトルミニバレーボールの販売も行っています。
- 使用後は、用具を元に戻して下さい。