			第		2	ſ	<u></u> 本	育		室		
区分	9 1	0 1	1 1	2 1	3 1	4 1	5 1	6 1	7 1	8 1	9 :	20 21
1 ±						ッス ソナル				合	気	道
2 ⊟										合	気	道
3月		エン: エクササ	ジョイ イズ③-4		からだスッキ リヨガ の -3					和道	流空	手 道
4 火												
5 水			正ヨガ i-3							3	Ę	道
6 木		ピラティス @-3								田浦	流空	手 道
7 金		ZUMBA ①-5			間間トレーニングの-2					N.	Ę	道
8 ±	8~		1	体	į.		ō	ڻ		合	気	道
9 🖪	8~		1	体	ţ		ō	ڻا		合	気	道
10 月		エン: エクササ	ジョイ イズ ③ -5		からだスッキ リヨガ © -4					和道	流空	手 道
11火					稲田	JVC						
12 水			正ヨガ -4							NX.	Ę	道
13 木		ピラティス @-4					高齢	者剣道		田浦	流空	手 道
14 金		ZUMBA ①-6			■語トレーニン グ@-3					PAN .	<u> </u>	道
15 土										合	気	道
16 🛚	8~		1	体	li			じ		合	気	道
17 月		エン: エクササ	ジョイ イズ(3-6		からだスッキ リヨガ © -5					和道	流空	手 道
18 火												
19 水		2	正ヨガ - 5							3	Ę	道
20 木		ピラティス - Ø-5								田浦	流空	手 道
21 金			転倒予防數量 ©-1							3	Ę	道
22 ±		後期剣	道級位		保守					合	気	道
23 📙	8~		1	体	li		同	ڻا		合	気	道
24 月					からだスッキ リヨガロー6					和道	流空	手 道
25 火												
26 水			正ヨガ -6							3	Ę	道
27 木		ピラティス @-6					高齢	皆剣道		田浦	流空	手 道
28 金			転售予防教室 ③-2							3		道
区分	9 1	0 1	1 1	2 1	3 1	4 1	15 1	6 1	7 1	8 1	9 :	20 21

第 3 体 育 空 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21				-/				-	ت						
1	abla	, 📗		:	第	3		体		育		室			
2日 卓 球 大道・居合道 1		9	10	11	12	13	14	15	16	17	1	8	19	20	21
3月 卓 球 剣道居合道 4 火 卓 球 剣道居合道 6 木 卓 球 利道流空手道 7 金 卓 球 一 四 8 土 8~ 1 体 に 同 し 財流空手道 10月 卓 球 剣道居合道 10月 卓 球 剣道居合道 12 水 卓 球 刺道居合道 13 木 卓 球 刺道居合道 15 土 卓 球 刺道居合道 15 土 卓 球 刺道居合道 17月 卓 球 刺道居合道 18 火 卓 球 刺道居合道 20 木 卓 球 則適定 21 金 卓 球 則適定 22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 則道居合道 25 火 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道居合道 28 金 卓 球 剣道居合道 28 金 卓 球 剣道居合道	1 ±	-		卓				球				Ш	浦流	空手	道
4 火 車 球 剣道居合道 5 水 車 球 利道流空手道 6 木 車 球 利道流空手道 7 金 車 球 剣道居合道 8 土 1 体 に 同 び 村道・居合道 10月 車 球 剣道居合道 10月 車 球 剣道居合道 12 水 車 球 剣道居合道 13 木 車 球 剣道居合道 15 土 車 球 剣道居合道 15 土 車 球 剣道居合道 17月 車 球 剣道居合道 18 火 車 球 剣道居合道 19 水 車 球 剣道 20 木 車 球 一 地流空手道 22 土 2 体 に 同 じ 保守 車 球 田浦流空手道 23 日 8 个 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 25 火 車 球 剣道居合道 27 木 車 球 剣道居合道 28 金 車 球 剣道居合道	2 ⊟]		卓				球				杖	道・	居合	道
5 水 卓 球 利道流空手道 6 木 卓 球 利道流空手道 7 金 卓 球 利道流空手道 8 土 1 体 に 同 じ 田浦流空手道 9 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 10 月 卓 球 剣道居合道 12 水 卓 球 剣道居合道 13 木 卓 球 剣道居合道 14 金 卓 球 剣道居合道 15 土 卓 球 剣道居合道 16 日 8~ 1 体 に 同 び 剣道 18 火 卓 球 剣道居合道 剣道	3月)		卓				球					剣	道	
6木 卓 球 知道流空手道 7金 卓 球 9 道 8土 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 10月 卓 球 9 道 10月 卓 球 9 道 12水 卓 球 9 道 13木 卓 球 9 道 15土 卓 球 1 村道流空手道 16日 8~ 1 体 に 同 杖道・居合道 17月 卓 球 9 道居合道 18火 卓 球 9 道居合道 18火 卓 球 9 道居合道 20木 卓 球 9 道居合道 21金 卓 球 1 財道・居合道 22土 2 体に同じ 杖道・居合道 球 9 道 23日 3 1 体に同じ 対道・居合道 球 9 道 25火 卓 球 9 道居合道 26水 <t< th=""><th>4 火</th><th>Ų</th><th></th><th></th><th></th><th>卓</th><th></th><th></th><th></th><th>球</th><th></th><th></th><th></th><th></th><th></th></t<>	4 火	Ų				卓				球					
7金 卓 球 剣道 8 土 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 10月 卓 球 剣道 方道 10月 卓 球 剣道 方道 12 水 卓 球 剣道 百首 13 木 卓 球 剣道 方道 14 金 卓 球 剣道 声音 15 土 卓 球 剣道 居合道 17月 卓 球 剣道 方 18 火 卓 球 剣道 方 19 水 卓 球 剣道 方 20 木 卓 球 剣道 方 21 金 卓 球 剣道 直 22 土 全 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道 直 25 火 卓 球 剣道 直 26 水 車 球 剣道 直 26 水 車 球 人工 大 大 大	5 水	(卓				球				剣	道	居 合	道
8 ± 8 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 10月 卓 球 剣道居合道 110月 卓 球 剣道居合道 12 水 卓 球 剣道居合道 13 木 卓 球	6 木	<u>.</u>		卓				球				和	道流	空手	道
9日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 10月 卓 球 対	7 金			卓				球					剣	道	
10 月 中 球 剣 道 12 水 中 球 剣 道 居 合 道 13 木 中 球 列 道 居 6 道 14 金 中 球 列 道 15 土 中 球 列 道 15 土 中 球 列 道 16 日 日 下 下 日 下 17 日 中 球 列 道 18 八 中 球 列 道 18 八 中 球 列 道 18 八 中 球 列 道 19 八 中 球 列 道 19 八 中 球 列 道 20 木 中 球 列 道 21 金 中 球 列 道 22 土 2 体 に 同 じ 大 大 近 23 日 日 大 日 下 大 大 日 市 24 月 中 球 列 道 25 八 中 球 列 道 26 水 中 球 列 道 27 木 中 球 列 道 28 金 中 球 列 道 28 金 中 球 列 道 29 五 五 五 五 五 20 五 五 五 五 21 五 五 五 五 22 五 五 五 五 23 五 五 五 24 五 五 五 25 五 五 五 26 工 工 五 五 27 工 日 工 五 28 五 五 五 29 五 五 五 20 五 五 五 20 五 五 五 21 五 五 五 22 五 五 五 23 五 五 五 24 五 五 五 25 五 五 五 26 五 五 五 27 五 五 五 28 五 五 五 29 五 五 五 30 五 五 31 五 五 五 32 五 五 33 五 五 34 五 五 35 五 五 36 五 五 37 五 五 38 五 38 五 五 38	8 ±			1	4		に	0		じ		⊞	浦流	空手	道
中 球 12 水 卓 球 剣道居合道 13 木 卓 球 和道流空手道 14 金 卓 球 田浦流空手道 15 土 卓 球 田浦流空手道 16 日 8~ 1 体 に 同 し 杖道・居合道 17 月 卓 球 剣道居合道 18 火 卓 球 剣道居合道 19 水 卓 球 剣道居合道 20 木 卓 球 知道流空手道 21 金 卓 球 一個流空手道 22 土 全体に同じ保守 卓球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体に 同じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道居合道 25 火 卓 球 剣道居合道 26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道 28 金 卓 球 剣道	9 ⊟	8~	,	1	存	7	に	同		じ		杖	道・	居合	道
12 水 卓 球 剣道居合道 13 木 卓 球 和道流空手道 14 金 卓 球 田浦流空手道 15 土 卓 球 田浦流空手道 16 日 8~ 1 体 □ 同 び 村道・居合道 17 月 卓 球 剣道居合道 18 火 卓 球 剣道居合道 19 水 卓 球 剣道原空手道 20 木 卓 球 田浦流空手道 21 金 卓 球 田浦流空手道 22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道居合道 25 火 卓 球 剣道 26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道 28 金 卓 球 剣道	10 月]		卓				球					剣	道	
13 木 卓 球 和道流空手道 14 金 卓 球 田浦流空手道 15 土 卓 球 田浦流空手道 16 日 8~ 1 体 に 同 し 枚道・居合道 17 月 卓 球 剣道居合道 19 水 卓 球 剣道居合道 20 木 卓 球 剣道 21 金 卓 球 田浦流空手道 22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 し 枚道・居合道 24 月 卓 球 剣道居合道 25 火 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道 百 27 木 卓 球 剣道 百 28 金 卓 球 剣道 面	11) 从	!				卓				球					
14 金 卓 球 囲浦流空手道 15 土 卓 球 田浦流空手道 16 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 17 月 卓 球 剣道 18 火 卓 球 剣道居合道 19 水 卓 球 剣道居合道 20 木 卓 球 剣道 21 金 卓 塚 田浦流空手道 22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道居合道 25 火 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道 28 金 卓 球 剣道	12 水	`		卓				球				剣	道	居合	道
15 ± 車 球 田浦流空手道 16 日 8	13 木	.		卓				球				和	道流	空手	道
16日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 17月 卓 球 剣道 18 火 卓 球 剣道居合道 19 水 卓 球 剣道居合道 20 木 卓 球 剣道 21 金 卓 球 剣道 22 土 2 体に同じ保守 卓球 田浦流空手道 23日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道 25 火 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道 28 金 卓 球 剣道	14 金	È		卓				球					剣	道	
17月 中 球	15 ±							球				⊞	浦流	空手	道
18 火 卓 球 剣道居合道 19 水 卓 球 利道流空手道 20 木 卓 球 利道流空手道 21 金 卓 球 田浦流空手道 22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道 25 火 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 利道流空手道 28 金 卓 球 剣道	16 ⊑	8~	,	1	存	Ţ	に	同		じ		杖	道・	居合	道
19 水 卓 球 剣道居合道 20 木 卓 球 和道流空手道 21 金 卓 球 剣道 22 土 2 体に同じ保守 卓球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道 25 火 卓 球 剣道居合道 26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 利道流空手道 28 金 卓 球 剣道	17 月)		卓				球					剣	道	
20 木 卓 球 和道流空手道 21 金 卓 球 剣 道 22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣 道 25 火 卓 球 剣道居合道 26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道医合道 28 金 卓 球 剣道	18 火	Į.				卓				球					
21 金 卓 球 剣 道 22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣 道 25 火 卓 球 剣道居合道 26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 剣道医台道 28 金 卓 球 剣 道	19 水	<		卓				球				剣	道	居合	道
22 土 2 体 に 同 じ 保守 卓 球 田浦流空手道 23 日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24 月 卓 球 剣道 25 火 卓 球 剣道居合道 26 水 卓 球	20 木	ξ.		卓				球				和	道流	空手	道
23日 8~ 1 体 に 同 じ 杖道・居合道 24月 卓 球 剣道 25 火 卓 球 剣道居合道 26 水 卓 球 和道流空手道 27 木 卓 球 剣道	21 金	È		卓				球					剣	道	
24月 卓 球 剣道 25 火 卓 球 26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 和道流空手道 28 金 卓 球 剣道	22 ±			に	同じ	保	ਰੋ	卓	球			⊞	浦流	空手	道
25 火 卓 球 26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 和道流空手道 28 金 卓 球 剣道	23 🗏	8^	,	1	存	Ţ	に	同		じ		杖	道・	居合	道
26 水 卓 球 剣道居合道 27 木 卓 球 和道流空手道 28 金 卓 球 剣道	24 月			卓				球					剣	道	
27 木 卓 球 和道流空手道 28 金 卓 球 剣 道	25 火	ζ				卓				球					
28 金 卓 球 剣 道	26 水	(卓				球				剣	道	居合	道
	27 木			卓				球				和	道流	空手	道
区分 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21	28 金														
	区分	9	10	11	12	13	14	15	16	17	1	8	19	20	21

使用状況案内の見方

- ____空白は自由に使用で きます
- 白 大会や団体等が貸切で専用使用します
- **種目** この種目が優先的に 使用できます
- 種目 普及員がおります

※この案内は、事前に作成 している為、変更になる場 合があります。当該日の1 週間前には専用使用が確定 します。設定種目・自由開 放で使用される方は事前に ご確認ください。

使用時の注意事項

〇スリッパ・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)を持参してください。

〇中学生以下の方が午後 6時以降使用される場合 は保護者又は指導者の同 伴が必要となります。

〇貴重品等の保管はロッカーを使用するなど各自 で責任を持って管理して ください。

〇用具は各自でご用意ください。卓球ラケット・バドミントンラケットの貸し出し、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	1800円

*回数券・1ヶ月券は 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。

=開館時間= 9:00~21:00

= お問い合せ= 帯広の森体育館 Tel(0155)48-8912 〇帯広市南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内

*使用状況案内は、帯広市文化スポーツ振興財団の ホームページからもご覧いただけます。

帯広の森体育館 検索

http://obihiro-foundation.jp/

