

# 12月 真駒内セキスイハイムアイスアリーナ

日	曜	一般利用・催しもの				
		バドミントン・ソフトテニス (注1・2)	卓球 (注1・2・4)	フットサル・多目的コート (注1・2)	ウェイトトレーニング (注3)	ランニングコース (注5)
1	金	9:30~16:00	9:30~16:00	9:30~16:00	10:00~17:00	9:30~17:00
2	土	<b>イベント予定</b> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">冬期時間スタート</span>				
3	日					
4	月			10:00~19:30		10:00~19:30
5	火	休 場 日				
6	水	スケートリンク準備期間  夏期一般開放は12月1日(金)で終了いたします。		10:00~19:30		10:00~19:30
7	木			"		"
8	金			"		"
9	土			"	その他団体・個人 10:00~13:30 陸上団体・個人 13:30~17:00	自由練習 17:00~19:30
10	日			"	陸上団体・個人 10:00~13:30 その他団体・個人 13:30~17:00	自由練習 17:00~19:30
11	月			"		10:00~19:30
12	火			10:00~17:45		10:00~17:45
13	水			10:00~19:30		10:00~19:30
14	木			"		"
15	金			"		"
16	土	"	陸上団体・個人 10:00~13:30 その他団体・個人 13:30~17:00	自由練習 17:00~19:30		
17	日	"	その他団体・個人 10:00~13:30 陸上団体・個人 13:30~17:00	自由練習 17:00~19:30		
18	月	"		10:00~19:30		
19	火	休 場 日				
20	水	スケートリンク準備期間		10:00~19:30		10:00~19:30
21	木			"		"
22	金			"		"
23	土	スケートリンクオープン 10:00~17:45		"	その他団体・個人 10:00~13:30 陸上団体・個人 13:30~17:00	自由練習 17:00~19:30
24	日	10:00~17:45		"	陸上団体・個人 10:00~13:30 その他団体・個人 13:30~17:00	自由練習 17:00~19:30
25	月	"		"		10:00~19:30
26	火	"		10:00~17:45		10:00~17:45
27	水	"		10:00~19:30		10:00~19:30
28	木	"		"		"
29	金	10:00~17:00		10:00~17:00		10:00~17:00
30	土	"		"	陸上団体・個人 10:00~13:30 その他団体・個人 13:30~17:00	
31	日	年 末 休 場 日【年明けは1月4日(木)からです】				

(注1) 用具類は貸し出ししていませんので各自でご持参ください。

(注2) 混雑してきた場合は、15分交代でご利用ください。

(注3) ウェイトトレーニングは、小学生以下の方はご利用はできません。※中学生がご利用の際は、保護者・成人が引率いただきます。(引率者1人に付3人まで入場可)※利用できる機種は、ストレッチスペース・腹筋ボード・エアロバイクです。

(注4) 卓球の一般利用は更衣室3・4です。

★催事での駐車場利用については「主催者」にお問い合わせください。

(注5) 土・日・祝休日のランニングコースは利用内容(種目)により、利用時間が分かれていますのでご注意ください。

平日と土・日・祝休日の17時以降は自由練習となります。

- 陸上団体・個人 …… 一般・学生陸上部(大学、高校、中学など)
- その他の団体・個人 …… ジョギング、ウォーキング、少年の運動クラブなど