

1月 真駒内セキスイハイムアイスアリーナ

		一般利用・催しもの		
日	曜	スケート (注1・2)	ウェイトトレーニング (注3)	ランニングコース (注4)
1	月	年始休場日		
2	火			
3	水			
4	木	10:00~17:45	10:00~19:30	10:00~19:30
5	金	〃	〃	〃
6	土	〃	〃	ウォーキング・ジョギング 10:00~13:30 スピード練習 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
7	日	〃	〃	スピード練習 10:00~13:30 ウォーキング・ジョギング 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
8	月	〃	〃	ウォーキング・ジョギング 10:00~13:30 スピード練習 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
9	火	休場日		
10	水	10:00~17:45	10:00~19:30	10:00~19:30
11	木	(幼)(ジ) 〃	〃	〃
12	金	〃	〃	〃
13	土	〃	〃	スピード練習 10:00~13:30 ウォーキング・ジョギング 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
14	日	〃	〃	ウォーキング・ジョギング 10:00~13:30 スピード練習 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
15	月	(幼)(ジ) 〃	〃	10:00~19:30
16	火	〃	10:00~17:45	10:00~17:45
17	水	(ア) 〃	10:00~19:30	10:00~19:30
18	木	(幼)(ジ) 〃	〃	〃
19	金	(ア) 〃	〃	〃
20	土	〃	〃	ウォーキング・ジョギング 10:00~13:30 スピード練習 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
21	日	〃	〃	スピード練習 10:00~13:30 ウォーキング・ジョギング 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
22	月	(幼)(ジ) 〃	〃	10:00~19:30
23	火	休場日		
24	水	(ア) 10:00~17:45	10:00~19:30	10:00~19:30
25	木	(幼)(ジ) 〃	〃	〃
26	金	(ア) 〃	〃	〃
27	土	〃	〃	スピード練習 10:00~13:30 ウォーキング・ジョギング 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
28	日	〃	〃	ウォーキング・ジョギング 10:00~13:30 スピード練習 13:30~17:00 自由練習 17:00~19:30
29	月	(幼)(ジ) 〃	〃	10:00~19:30
30	火	〃	10:00~17:45	10:00~17:45
31	水	(ア) 〃	10:00~19:30	10:00~19:30

(幼) 幼児フィギュア (ジ) ジュニアフィギュア (ア) ジュニアアイスホッケー (大) 大人のためのフィギュア

(jr) アリーナjrスケート授業 幼児、大人のためのフィギュア、アリーナjrスケート授業ではリンクの3分の1を使用しますのでご了承ください。

(注1) スピードスケートは使用できません。オープスタジアムをご利用ください。

(注2) スケートリンクの整氷時間は下記のとおりです。(中止・変更になる場合があります。)

◇平日…①13:30~②16:00~ ◇土・日・祝…①12:00~ ②14:00~ ③16:00~ (1回 20分間)

(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・成人が引率し監督していただきます。(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) 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。

●スピード練習 …… 一般・学生陸上部(大学、高校、中学など)のスピード練習

●ウォーキング・ジョギング…… 個人・その他の団体(少年野球チームなど)

混雑や衝突事故防止のための試みです。皆様のご協力をお願いします。