

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

(幼) 幼児フィギュア(12:30~14:00) (ジ) ジュニアフィギュア(14:15~15:45) (Jr) アリーナJrスポーツ教室(16:00~)
 (大) 大人のためのフィギュア(10:30~12:00) (幼) 幼児フィギュア(14:30~16:00)

幼児、ジュニア、大人のためのフィギュア教室ではリンクの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。オープンスタジアムをご利用ください。

(注2) スケートリンクの整水時間は、14:00~14:20です。(中止・変更になる場合があります。)

(注3) ウェイトトレーニングは、小学生以下の方はご利用できません。※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・エアロバイクに限ります。

(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。