3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・4）	ウェイト・トレーニング（注3）	ランニングコース（注・5）	
1	土	フロア整備期間			10:00～19:00	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
2	日	※一般開放は3月20日（木・祝）からです。			〃	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
3	月				〃	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
4	火	休　場　日					
5	水	フロア整備期間			10:00～19:00	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
6	木	※一般開放は3月20日（木・祝）からです。			〃	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
7	金				〃	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
8	土				〃	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
9	日				〃	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
10	月				〃	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
11	火				10:00～17:00	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	
12	水				10:00～19:00	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
13	木				〃	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
14	金				〃	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
15	土				〃	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
16	日				〃	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
17	月				〃	スピード練習 ① 10:00~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
18	火	休　場　日					
19	水	フロア整備期間			10:00～19:00	ウォーキング・ジョギング ① 10:00~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
20	木	9:30～17:45	9:30～17:45	貸切利用日 ※要予約（9:30～17:45）	9:30～19:00	スピード練習 ① 9:30~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
21	金	〃	〃	9:30～17:45	〃	ウォーキング・ジョギング ① 9:30~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
22	土	〃	〃	貸切利用日 ※要予約（9:30～17:45）	〃	スピード練習 ① 9:30~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
23	日	〃	〃	〃	〃	ウォーキング・ジョギング ① 9:30~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
24	月	〃	〃	9:30～17:45	〃	スピード練習 ① 9:30~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
25	火	9:30～17:00	9:30～17:00	9:30～17:00	9:30～17:00	ウォーキング・ジョギング ① 9:30~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	
26	水	9:30～17:45	9:30～17:45	9:30～17:45	9:30～19:00	スピード練習 ① 9:30~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
27	木	〃	〃	〃	〃	ウォーキング・ジョギング ① 9:30~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
28	金	〃	〃	〃	〃	スピード練習 ① 9:30~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
29	土	〃	〃	貸切利用日 ※要予約（9:30～17:45）	〃	ウォーキング・ジョギング ① 9:30~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
30	日	〃	〃	〃	〃	スピード練習 ① 9:30~13:00 ウォーキング・ジョギング ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00
31	月	〃	〃	9:30～17:45	〃	ウォーキング・ジョギング ① 9:30~13:00 スピード練習 ② 13:00~17:00	自由練習 ③17:00～19:00

（注1）用具類の貸し出しはしていませんので、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場は、小学生以下のご利用はできません。
※中学生がご利用の場合は、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）卓球の一般利用は当分の間更衣室で行います。

（注5）11月から3月31日までランニングコースは利用内容（種目）によって利用時間の切り替えを行います。

●催事（コンサート等）での駐車場利用について

アリーナ駐車場は「関係者以外進入禁止」となりますので、ご利用いただくことができません。

臨時のシャトルバスが（有料）開場1時間前より地下鉄真駒内駅から運行されますのでご利用ください。