

# 総合体育館 行事予定表

2026年3月

SHOWAグループ総合体育館  
TEL079- 432-3000

日	曜日	行 事	使用施設	時間	主 催 事 業
1	日				
2	月				ラーシボール卓球 太極拳 こども基礎体操 バドミントン
3	火				リフレッシュヨガ リラクゼーションヨガ フラメンコ 空手
4	水				姿勢ピラティス Jrバレー 中学生バレー
5	木				卓球 シェイプヨガ フラメンコ フラダンス
6	金	総合体育館カップ ジュニアバレー大会（準備）	メイン・サブ	19-21	エアロビクス かんたんエアロビクス 脳トレ元気体操 美容ハレエ
7	土	総合体育館カップ ジュニアバレー大会	メイン・サブ	9-21	キッズダンス
8	日	総合体育館カップ ジュニアバレー大会	メイン・サブ	9-19	
9	月				ラーシボール卓球 太極拳 やさしい☆からだ調整ヨガ フラダンス こども基礎体操 バドミントン
10	火				リフレッシュヨガ リラクゼーションヨガ フラメンコ 空手
11	水	休 館 日			
12	木				卓球 ボディーメイク
13	金				エアロビクス かんたんエアロビクス 脳トレ元気体操 美容ハレエ
14	土	第8回Nexus杯 U12ミニバス 前日準備	メイン・サブ	19-21	キッズダンス
15	日	第8回Nexus杯 U12ミニバス	メイン・サブ	9-19	ハレエ
16	月				ラーシボール卓球 太極拳 やさしい☆からだ調整ヨガ フラダンス こども基礎体操 バドミントン
17	火				リフレッシュヨガ リラクゼーションヨガ フラメンコ <b>空手</b>
18	水	休 館 日			
19	木				卓球 フラメンコ フラダンス シェイプヨガ
20	金				
21	土				
22	日				
23	月				ラーシボール卓球 太極拳 やさしい☆からだ調整ヨガ こども基礎体操 バドミントン
24	火				リフレッシュヨガ リラクゼーションヨガ フラメンコ
25	水				ストレッチヨガ 姿勢ピラティス Jrバレー 中学生バレー
26	木				卓球 シェイプヨガ フラメンコ フラダンス 空手
27	金				エアロビクス かんたんエアロビクス 脳トレ元気体操 美容ハレエ
28	土	第19回全国社会人クラブバドミントン大会個人戦予選会	メイン	9-21	キッズダンス
29	日	第19回全国社会人クラブバドミントン大会個人戦予選会	メイン	9-21	ハレエ
30	月				ラーシボール卓球 太極拳 やさしい☆からだ調整ヨガ フラダンス バドミントン
31	火				ラーシボール卓球 空手